ധന്വന്തരി.

പുസ്തകം ൨ | 1094 മേടം | ലക്കം ൪.

"ലോകാസ്സമസ്താസ്സുഖിനോഭവന്തു"

വിഷയവിവരം.

1 മംഗളം.

2. പാശ്ചാത്യരായ ശസ്ത്രപ്രവർത്തകന്മാരെന്തെങ്കിലും

ഒരു വൈദ്യൻ.

3. ആയുർവേദം—

ആയുർവേദഭൂഷണൻ ശ്രീമാൻ എം. കെ. കേശവൻ.

4. ഛർദ്ദി—

പാലത്തിൽ ശ്രീമാൻ കെ. നാരായണൻവൈദ്യൻ

5. പഞ്ചകർമ്മങ്ങൾ—

ശ്രീമാൻ ബി നീലകണ്ഠൻ വൈദ്യൻ

6. ധൂമപാനം—

വൈദ്യൻ പി. കെ. വേലുക്കുട്ടി അരയൻ

7. ആരോഗ്യകല്പദ്രുമം—

ശ്രീമാൻ കെ. മാധവൻനായർ ബി. എ.

8. വർത്തമാനങ്ങൾ.

9. വിഷവൈദ്യം—

ശ്രീമാൻ ഇ. അബ്ദുറഹിമാൻകുട്ടി വൈ.

10. ചികിത്സാസൂക്തികൾ—

പത്രാധിപർ.

സുഖാശംസി.

പുസ്തകം ൧. } ൧൦൮൭. { ലക്കം ൪.

മംഗളം.

മുഖാംശോപഭോക്താക്കളിൽപോലുമാശാ-
ശിഖാവാപ്തിചെയ്കുന്നിമാറേററിയേറും
സുഖഭോഗമെങ്ങുംപ്രസംഗിച്ചുഭേദം
"സുഖാശംസി" ഭൂവിൽ ചരിക്കട്ടെനീണാൾ.

പഞ്ചസാര രക്തപ്രവൎത്തകമായതെങ്ങനെ?

ഒരുവൈദ്യൻ

ഇങ്ങനെ ഒരുസംശയം മിസ്റ്റർ പി. എം. ഗോവിന്ദൻ വൈദ്യൻ കഴിഞ്ഞലക്കം സുഖാശംസിയിൽ എഴുതിയിരുന്ന "പഞ്ചസാര ഉഷ്ണമാണോ?" എന്ന ലേഖനം വായിച്ചപ്പോൾ തോന്നിയതാണ്. പഞ്ചസാരയുടെ ഗുണദോഷങ്ങളെക്കുറിച്ചു വൈദ്യരവർകൾ ഒരുനിരൂപണം ചെയ്കയും, സാമാന്യം പഞ്ചസാരയുടെ അതിയോഗം കൊണ്ടു രക്തം ഊറുമെന്നു സ്ഥാപിക്കയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. രക്തം ഊറുകയോ രക്തം ഏതുമാൎഗ്ഗത്തിലൂടെയെങ്കിലും പോകയോ ചെയ്യുന്നതിനു വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങളിൽ മിക്കവാറും രക്തപിത്തമെന്നാണു പേർ പറയുന്നതു്. ഏതായാലും വൈദ്യൻ പറയുന്ന രക്തം ഊറലിനു രക്തപിത്തമെന്നുതന്നെയാണു നാമകരണം ചെയ്യേണ്ടതു്. എന്നാൽ രക്തപിത്തത്തിനു ഉപശയമായി പറഞ്ഞിട്ടുള്ളവയിൽ മുഖ്യമായ ഒരൌഷധം പഞ്ചസാരയാകയാൽ അതു രക്തപ്രവൎത്തകമാകുന്നതെങ്ങനെ എന്നുള്ള ശങ്ക ബലമായിട്ടു ഏവൎക്കും ജനിക്കാവുന്നതാകുന്നു. വൈദ്യരുടെയുക്തി അനുസരിച്ചു കുറച്ചുമാത്രം പഞ്ചസാ

ര ഉപയോഗിച്ചാൽ ആഗുണംപക്ഷേസിദ്ധിക്കാമെന്നാണെങ്കിൽശക്ക
രാഢ്യം, ശക്കരോത്തമം, സസിതംസിതയാവിമിശ്രം ഇത്യാദിവിശേ
ഷണങ്ങൾ കൊണ്ടു് ആവക യോഗങ്ങളിൽ പഞ്ചസാരആധിക്യമാ
യിത്തന്നെ ഉപയോഗിക്കണമെന്നു് കാണുന്നതും, അന്യഥാധരിക്കേ
ണ്ടിയിരിക്കുന്നു. രക്തപിത്തത്തിനായി വിധിച്ചിട്ടുള്ള പ്രധാനപ്പെ
ട്ടമിക്ക ഔഷധങ്ങളിലും പഞ്ചസാര ചേക്കാതെയില്ലെന്നു വൈദ്യശാ
സ്ത്രത്തിൽ അല്പപരിചയമുള്ളവക്കുപോലും അറിയാവുന്ന ഒരുവസ്തു
തയാകുന്നു. ഇനി അല്പംമാത്രം ആയിട്ടേവിധിച്ചിട്ടുള്ളുവെന്നു പറ
യുന്നുവെങ്കിൽ മേൽതെളിയിച്ചിട്ടുള്ളതിനുപുറമേ റാത്തൽപ്പടിയും തു
ലാപ്പടിയും കൂടി വിധിച്ചിട്ടുള്ള "ക്രൂശ്മാണ്ഡാവലേഹങ്ങൾ" അമൃത
പ്രാശം, മുതലായ പലയോഗങ്ങളും നോക്കാവുന്നതാണു്. മററുമ
രുന്നുകളോടുകൂടി പഞ്ചസാരഉപയോഗിക്കുന്നതു കൊണ്ടാണു് അങ്ങ
നെ ഗുണം ചെയ്യുന്നതെന്നാണെങ്കിൽ യോഗവാഹിത്വം പഞ്ചസാ
രയ്ക്കുള്ളതായി വൈദ്യർതെളിയിച്ചും കാണുന്നില്ല. പഞ്ചസാരയ്ക്കുര
ക്തനിവത്തകത്വം അതിന്റെഹീനയോഗത്തിലെങ്കിലും വിധിച്ചിട്ടു
ണ്ടെങ്കിൽ ആഗുണം അതിയോഗത്തിൽആധിക്യമായികാണേണ്ടതുമാ
ണു്.എല്ലാരസങ്ങളുംസാധനങ്ങളുംഅവയുടെഅത്യുപയോഗത്തിങ്കൽ
സ്വഗുണാവൃത്തികൊണ്ടുമാത്രമേ ഗുണദോഷങ്ങളെ ചെയ്യാൻ കഴിക
യുള്ളു. വിപരീതമായഫലം കാണണമെങ്കിൽ അതിനു പ്രഭാവമോ,
മററുവല്ലതുമോ ഉണ്ടായിരിക്കണം. ആ അഭിപ്രായവും വൈദ്യർപ്ര
സ്ഫുടമായികാണിക്കുന്നില്ല. ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ വിവരിച്ചും കാണു
ന്നില്ല "പഞ്ചസാരഗുണംതന്നെ ക്ഷതക്ഷീണജനത്തിനു" എന്ന
ഗുണപാഠത്തിൽഅപ്പുറമുള്ള 'രക്തപിത്താനിലാപഹാ' എന്നഭാഗം
വൈദ്യർ വിശദീകരിക്കുന്നുമില്ല. പഞ്ചസാരരക്തപിത്തഹരമെന്നു
പറയേണ്ടിവന്നാൽ അപ്പോൾ അതിനൊരുപ്രത്യേകശക്തിസ്ഥാ
പിക്കേണ്ടിയിരുന്നതുകൊണ്ടും, വൈദ്യരുടെ പ്രസ്ഥാനത്തിനു് അനു
യോജിക്കാതെ പ്രതിബന്ധിയായേക്കാനിടയുണ്ടെന്നൂഹിച്ചും കൊ
ണ്ടുമായിരിക്കണം ആ വിഷയത്തിൽ കടക്കാതിരുന്നതു്. ഏതാ
യാലും രക്തപ്രവൃത്തിയല്ലെങ്കിൽ രക്തപിത്തമോ രക്തസ്രാവമോ ഉ
ണ്ടാകുന്നതിനുള്ള നിദാനസംപ്രാപ്തികൾ എന്താണെന്നും, പ
ഞ്ചസാരയ്ക്കു ആ പ്രവൃത്തിചെയ്യുന്നതിനു രസവീര്യവിപാകാദി
കൾ എത്രമാത്രം കഴിവുണ്ടാകുന്നുവെന്നും, രക്തപിത്തഹരത്വം
അതിനെങ്ങനെ യോജിക്കുമെന്നും ശാസ്ത്രീയമായി ഒന്നുകൂടി
പരിചിന്തനം ചെയ്തു നോക്കേണ്ടതു പ്രകൃതത്തിനുവളരെ ആത്യാവ
ശ്യമായിരിക്കുന്നു. വൈദ്യരുടെ പ്രസ്ഥാനത്തിനാഎത്രമാത്രം യുക്തി
യും ഗൌരവവുമുണ്ടെന്നു നമുക്കുമനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യാം. 'കട

കോഷ്ണതിക്ഷ്ണസ്രു.തേ പുനഃ കേവലാഗ്ന്യൂഷരക്തേ, എന്നു വൈദ്യർ സ്വാകണ്ഠം കൊണ്ടുപറയുന്നതുപോലെ "ഘർമ്മവ്യായാമശോകാദ്ധ്വവ്യവായൈരതിസേവിതൈഃ തീക്ഷ്ണോഷ്ണക്ഷാരലവണൈരമ്ലൈഃ കടുഭിരേവ ച പിത്തം വിദഗ്ദ്ധം സ്വഗുണൈർവിദഹത്യാശു ശോണിതം തതഃ പ്രവർത്തതേ രക്തമൂർദ്ധ്വം ചാധോ ദ്വിധാപി വാ, ഊർദ്ധ്വം നാസാക്ഷികർണ്ണാസ്യൈർമ്മേഢ്രയോനിഗുദൈരധഃ കുപിതം രോമകൂപൈശ്ച സമസ്തൈസ്തൽപ്രവർത്തതേ" "വെയിൽ, വ്യായാമം, ശോകം സ്ത്രീസംഗം, തീക്ഷ്ണങ്ങളായും ഉഷ്ണങ്ങളായും ഉള്ള സാധനങ്ങൾ ഉപ്പ്, എരി, പുളി, ക്ഷാരം ഇവയെല്ലാം അത്യധികം ഉപയോഗിച്ചാൽ, പിത്തം കോപിച്ച് തന്റെ തീക്ഷ്ണോഷ്ണാദിഗുണങ്ങളോടുകൂടി രക്തത്തിലെത്തി രക്തത്തെ കോപിപ്പിക്കുന്നു. അപ്പോൾ കുപിതമായ രക്തം മേലും കീഴും പ്രവർത്തിക്കുന്നു. മേലോട്ടാണെങ്കിൽ മൂക്ക്, കണ്ണ്, ചെവി, വായ് ഇവയിലൂടെയും കീഴോട്ടാണെങ്കിൽ ഗുദം, ലിംഗം, യോനി ഇവയിലൂടെയും, അധികം, കോപിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ എല്ലാ രോമദ്വാരങ്ങളിൽ കൂടെയും പ്രവർത്തിക്കുന്നു" എന്നു മാധവനിദാനത്തിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ സമ്പ്രാപ്തികുറേക്കൂടി സ്പഷ്ടമാകത്തക്കവണ്ണം ചരകൻ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതുനോക്കുക "തൈർഹേതുഭിസ്സമുത്ക്ലിഷ്ടം പിത്തം, രക്തം, പ്രപദ്യതേ തദ്യോനിത്വാൽ പ്രപന്നഞ്ചൈവ വർദ്ധതേ തൽ പ്രദൂഷയൽ. തസ്യോഷ്മണാദ്രവാദ്ധാതുർദ്ധാതോ ധാതോഃ പ്രസിച്യതെ. സ്വിദ്യതസ്തേന സംവൃദ്ധിം ഭൂയസ്തദധിഗച്ഛതി. സംയോഗാൽ ദൂഷണാൽ തൽത്തുസാമാന്യാൽഗന്ധവർണ്ണയോ രക്തസ്യപിത്തമാഖ്യാതം രക്തപിത്തം മനീഷിഭിഃ പ്ലീഹാനഞ്ചയകൃതഞ്ചൈവ തദധിഷ്ഠായവർത്തതേ സ്രോതാംസി രക്തവാഹിനി തന്മൂലാനിഹിദേഹിനാം" മേൽപറഞ്ഞ ഹേതുക്കളെക്കൊണ്ടു കോപിച്ചുകഴിഞ്ഞ പിത്തം രക്തത്തിലെത്തുന്നു. അതുകാരണമായിട്ടുള്ളതുകൊണ്ടും അതിൽചെന്നു ചേർന്നതുകൊണ്ടും അതിനെ വർദ്ധിപ്പിക്കയും ദുഷിപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ആ പിത്തത്തിന്റെ ചൂടുകൊണ്ടു ദ്രവിച്ചുകഴിഞ്ഞ രക്തം അതാതു രക്താശയങ്ങളിൽ നിന്നു സ്രവിക്കുന്നു. സേവനങ്ങളായ ആഹാരവിഹാരങ്ങൾ ഏറുകയാണെങ്കിൽ അതുകുറെക്കൂടി വർദ്ധിയും ചെയ്യുന്നു. ചേർച്ചകൊണ്ടും ദൂഷണംകൊണ്ടും ഗന്ധവർണ്ണങ്ങൾക്കു സാദൃശ്യമുള്ളതുകൊണ്ടും രക്തത്തിനു പിത്തമെന്നു വ്യവഹാരമുണ്ടാകയും രക്തപിത്തമെന്നു വിദ്വാന്മാരാൽ കല്പിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യപ്പെടുന്നു. രക്തസ്ഥാനങ്ങളായ പ്ലീഹ, യകൃത്ത്, രക്തവാഹികളായ സ്രോതസ്സുകൾ മുതലായവയെ ആശ്രയിച്ചാണ് അതുവർദ്ധിക്കുന്നത്. ഇങ്ങനെയാണ് രക്തപിത്തം ഉണ്ടാകുന്നത്. ഇത്രയും പ്രസ്താവിച്ചതുകൊണ്ടു, രക്തം

സ്രവിക്കുന്നമെങ്കിൽ പിത്തകോപനങ്ങളായ തീക്ഷ്ണോഷ്ണാദികൾ ഉപയോഗിക്കണമെന്നും പിത്തകോപംഅഥവാ മൂട്ടവൎദ്ധിച്ചാലല്ലാതെ അതുണ്ടാകുന്നതല്ലെന്നുംസ്പഷ്ടമായല്ലോ. ഇനിനോക്കേണ്ടതു പഞ്ചസാരയേക്കുറിച്ചാണ്. മധുരംമധുരം എന്നുപറഞ്ഞാൽ ഉടൻപഞ്ചസാരയേക്കുറിച്ചു ആബാലവൃദ്ധംജനങ്ങൾക്കു ഒരുസ്മൃതിയുണ്ടാകുന്നതു സാധാരണയാണ്. ഇതുകൊണ്ടു പഞ്ചസാരയെ മധുരരസത്തിന്റെ എല്ലാലക്ഷണങ്ങളും സമ്പൂൎണ്ണമായി ദൃഷ്ടാന്തീകരിപ്പാൻ ദൈവം മൂൎത്തിമത്താക്കി സൃഷ്ടിച്ച ഒരു സാധനമാണെന്നു പറയുന്നതിൽ അബദ്ധമില്ല. മധുരരസത്തിനു ഇപ്രകാരം ലക്ഷണം പറയുന്നു. "തേഷുവിദ്യാദ്രസംസ്വാദുയോവക്ത്രമനുലിംപതി. ആസ്വാദ്യമാനോ ദേഹസ്യാഹ്ലാദനോക്ഷപ്രസാദനഃ പ്രിയഃ പിപീലകാദീനാം" എന്നാണ്. രുചിക്കുമ്പോൾ വായിൽ മുഴുവൻ പുരളുകയും ദേഹത്തിന് ആഹ്ലാദം ജനിപ്പിക്കുകയും ഇന്ദ്രിയപ്രസാദം വരുത്തുകയും എറുമ്പു മുതലായവക്കുകൂടി പ്രിയം ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതു യാതൊന്നോ അതാണ് മധുരം എന്നത്രെ മേൽപ്പറഞ്ഞതിന്റെ താല്പൎയ്യം. ഉക്തലക്ഷണങ്ങൾ മധുരവൎഗ്ഗത്തിൽവെച്ചു മറെറല്ലാററിനേക്കാളും പഞ്ചസാരക്കുണ്ടെന്നു അനുഭവിച്ചവൎക്കൊക്കെ അറിയാവുന്നതാണ്. മധുരോരസഃ ആജന്മസാത്മ്യാൽ കുരുതെധാതുനാം പ്രബലംബലം ബാലവൃദ്ധക്ഷതക്ഷീണവൎണ്ണകേശേന്ദ്രിയൌജസാം പ്രശസ്തോബൃംഹണഃകണ്ഠ്യഃ സ്തന്യസന്ധാനകൃൽഗുരുഃ ആയുഷ്യോ ജീവനസ്സ്നിഗ്ദ്ധോ പിത്താനിലവിഷാപഹാ" ഇപ്രകാരമാണ് മധുരരസത്തിന്റെ വ്യാപാരത്തെപ്പററി വിവരിച്ചിരിക്കുന്നതു്. പഞ്ചസാരയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ഈ മധുരരസത്തിന്റെ ശക്തിയൊന്നുകൊണ്ടുതന്നെയാണ് അതിന് പറയപ്പെട്ടുന്ന എല്ലാ ഗുണങ്ങളേയും നടത്തിക്കുന്നതു്. അതിന്റെ സ്നിഗ്ദ്ധത, ശൈത്യംമുതലായ ഗുണങ്ങളെക്കൊണ്ടു കോപിച്ചിരിക്കുന്ന പിത്തത്തെ ശമിപ്പിക്കയും ദ്രവിച്ചിരിക്കുന്ന രക്തത്തെ സ്തംഭിപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടാണ് പഞ്ചസാര രക്തപിത്തഹരമെന്നു വിധിച്ചിരിക്കുന്നതു്. ദ്രവഃഹേതുവായ രോഗത്തിനു പ്രതിക്രിയസ്തംഭനം ആകയാൽ ദ്രവരൂപമായ രക്തപിത്തത്തിനു മധുരമായ പഞ്ചസാരയുടെ സ്തംഭനപ്രവൃത്തിഫലവത്താകാതെ വരുകയില്ല. അതുകൊണ്ടു പഞ്ചസാരക്കു രക്തപിത്തഹരത്വം ശാസ്ത്രത്തിൽ വിവരിച്ചിരിക്കുന്നതു യുക്തിക്കും അനുഭവത്തിനും വളരെ പററിയതായിട്ടുതന്നെയിരിക്കുന്നുണ്ടു്. പഞ്ചസാരയുടെഗുണപാഠംനോക്കുക. "സിതാസുമധുരാരുച്യാവാതപിത്താസ്രദാഹഹൃൽമൂൎഛാഛൎദ്ദിജ്വരാൻഹന്തി. സുശീതാശുക്രകാരിണീ" 'വൃഷ്യാക്ഷീണക്ഷതഹിതാരക്തപിത്താനിലാപഹാ

ഹാ" ഇതെല്ലാം ചിന്തിച്ചുനോക്കുമ്പോൾ രക്തപിത്തത്തിന്റെ നിദാനസംപ്രാപ്തികൾക്കു വിപരീതോപശായിത പഞ്ചസാരക്കുണ്ടെന്നും അതുകൊണ്ടു് പഞ്ചസാര രക്തനിവർത്തകമാണെന്നും തെളിയുന്നു. പഞ്ചസാരയുടെ പാകത്തിലും രസാദികൾക്കു യാതൊരു മാറ്റവും ഇല്ലാതിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു അവിടെയും ശരിയായി പ്രവൃത്തിക്കുന്നു. വൈദ്യർ ആന്തരംഗംകൊണ്ടു ഇതെല്ലാം സമ്മതിക്കയും ശാസ്ത്രവിരുദ്ധമെന്നു തന്റെ ഊഹത്തെ സമ്മതിക്കയും ചെയ്യുന്നുവെങ്കിലും അക്ഷമനായിട്ടാണു് പ്രസ്തുത യുക്തി സ്ഥാപിച്ചിരിക്കുന്നതെന്നു കാണാം. എന്നാൽ ഇനി വൈദ്യരുടെ പ്രസ്ഥാനത്തിലേക്കു ഒന്നു കടക്കാം. "പഞ്ചസാര തിന്നാൽ രക്തം തുറുമെന്നു പറയുന്നതുപോലെ പഞ്ചസാര തിന്നാൽ മൂത്രം അധികം പോകും"എന്നാണു വൈദ്യരുടെ അഭിപ്രായം. മൂത്രസ്രാവിയായ മേഹം സ്തംഭനീയമാകയാൽ സ്തംഭനമായ പഞ്ചസാര മൂത്രത്തെ അധികം പോക്കുന്നതെങ്ങനെ? പഞ്ചസാര അധികം ഉപയോഗിച്ചാൽ അതിനു പ്രമേഹബീജങ്ങളെ സംഭരിക്കുവാൻ കഴിയുമെന്നല്ലാതെ അതു പുറത്താക്കുന്നതിനു ശക്തിയുണ്ടോ എന്നു സംശയമാണു്. പക്ഷെ അപ്രകാരം സംഭരിച്ചുവക്കുന്ന ബീജങ്ങൾ ഒരിക്കൽ ഇരട്ടാം കൂടി നിറഞ്ഞു കഴിയുമ്പോൾ മൂത്രമായിട്ടു ഒഴിയുവാനിടയാകാമെങ്കിലും; മൂത്രസ്രോതങ്ങളെ വർദ്ധിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു വിനിർഗ്ഗമിക്കുന്നതു തല്ക്കാലസംഭാവ്യമായി കാണാവുന്നതല്ല. മൂത്രപ്രവർത്തകമായ സ്രോതോഗുണത്തിനു പഞ്ചസാര വിപരീതകക്ഷിയുമാകുന്നു. വായിൽ ദണ്ഡമുണ്ടാകുന്ന കാലമേതാണെന്നു വൈദ്യൻ പറയുന്നില്ല എങ്കിലും അങ്ങനെയൊരു കാലമുണ്ടെന്നു കാംക്ഷിക്കുന്നുവെല്ലൊ. വാസ്തവത്തിൽ ആ കാലം പുതിയ സാധനങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്ന കാലമായിരിക്കാം. അപ്പോൾ സാധനങ്ങൾക്കു അഭിഷ്യന്ദിത്വം ഉള്ളതിനാൽ മിക്കവാറും ആമാശയദുഷ്ടിയുണ്ടാകയും തന്നിമിത്തം വായിൽ ദണ്ഡം വരുകയും ചെയ്യാവുന്നതാണു്. ആ കാലത്തു പഞ്ചസാരയല്ല മധുരമുള്ള ഏതു സാധനമുപയോഗിച്ചാലും നുലവിനെ അധികമുണ്ടാക്കി വായിൽ ദണ്ഡത്തെ വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനിടയുണ്ടു്. പഞ്ചസാര വായിലിട്ടാൽ വെള്ളം അധികം ഊറുന്നതു് മധുരരസത്തിന്റെ ലക്ഷണമാകുന്നു. അല്ലാതെ നൂതനമായ ഒരു ശക്തിയല്ല. "ക്ഷ്മാംഭസ്സുകളിൽ" നിന്നുമാണു മധുരരസത്തിന്റെ ഉൽപത്തി. അതുകൊണ്ടും വിശിഷ്യജലാംശം ഏറിയും പഞ്ചസാരയിലുള്ളതുകൊണ്ടുമാണു വെള്ളം അധികം ഊറുവാനിടയുണ്ടാകുന്നതു്. പഞ്ചസാര ജലരൂപമായി ആമാശയത്തിൽ ചെല്ലുന്നുവെന്നുവച്ചു അതു പാകവിശേഷത്തെ പ്രാപിക്കാതെ രക്തത്തിലെത്തുന്നുവെന്നു

വെന്നു വിചാരിപ്പാൻ പാടില്ല. പക്ഷെ, അതിനു "ലഘുത്വം" ഒരു വിശേഷഗുണമായിട്ടുള്ളതിനാലും "വൃഷ്യാദീനി പ്രഭാവേന സദ്യഃ ശുക്ലാദികർവ്വതെ" എന്നന്യായപ്രകാരം വൃഷ്യത്വം ഉള്ളതുകൊണ്ടും അതിന്റെ പ്രവൃത്തിയെ എളുപ്പം ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കുന്നു. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്കും ശരീരത്തിനും മുഴുക്കെ അതു ശൈത്യമാധുര്യാദികൊണ്ടു സംതൃപ്തിയെ ജനിപ്പിക്കുന്നുവെന്നുള്ളതും പ്രസ്താവയോഗ്യമാണ്. അതിനാലാകുന്നു "പഞ്ചസാരഗുണംതന്നെ ക്ഷതക്ഷീണജനത്തിനു" എന്നുപറഞ്ഞിട്ടുള്ളതും സ്തന്യത്തെ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന പഞ്ചസാര ആർത്തവകാലത്തു സ്ത്രീകളിൽ രക്തം അധികം പ്രവർത്തിപ്പിക്കുന്നു എന്നു പറയുന്നതും ആലോചനാവിഷയമായിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ പഞ്ചസാര രക്തത്തിൽ പ്രവേശിച്ചു അതിന്റെ ശൈത്യമാധുര്യാദികളെക്കൊണ്ടു അതിനെ ശുദ്ധീകരിച്ചു ന്യായമായനിലയിൽ യഥാസ്ഥാനം നയിക്കുക (നിവർത്തിപ്പിക്കുക) എന്നതു യുക്തവും അനുഭവത്തിനു യോജിക്കുന്നതുമാകുന്നു. ഇതൊക്കെ എങ്ങനെയെങ്കിലുമിരിക്കട്ടെ, പഞ്ചസാരയെക്കൊണ്ടു രക്തം തുറപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന യുക്തിയാണു വളരെ രസകരമായിട്ടുള്ളതു്. "പഞ്ചസാര അധികമായിതിന്നാൽ അതു അഗ്നിയെ മന്ദിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു കുടലിൽ എത്തുകയും സൂക്ഷ്മങ്ങളായ ധമനീമുഖങ്ങളാൽ നിബിഡിതമായ അതിൽനിന്നു ധമനീമുഖങ്ങൾ വഴി രക്തം വലിച്ചെടുത്തു ഗുദമാർഗ്ഗത്തിലൂടെ പോകുകയും ചെയ്യുന്നുപോൽ"! എന്തത്ഭുതം? പഞ്ചസാരയുടെ മധുരരസത്തിന്റെ അതിയോഗത്തിനു അഗ്നിസദനത്തെ വരുത്താമെങ്കിൽ മേദശ്ലേഷ്മജാദികളായ ഉപദ്രവങ്ങളേയും വരുത്താൻ കഴിയാത്തതല്ല. കായാഗ്നിക്കു മാന്ദ്യം സംഭവിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ മറ്റെല്ലാ അഗ്നികൾക്കും കുറവുണ്ടാകുന്നതാണ്. ഈ യുക്തിപ്രകാരം നോക്കിയാൽ കുടലിനും ചൂടുതന്നെ കുറഞ്ഞുകാണും. ജലരൂപമായ പഞ്ചസാരയുടെ ചേർച്ചകൊണ്ടും ചൂടിന്റെ കുറവുകൊണ്ടും മേദശ്ലേഷ്മജമായ ജാഡ്യംകൊണ്ടും കുടലിൽ അതില്ലെന്നു വൈദ്യർ പറയും. അവിടെയുള്ള സൂക്ഷ്മങ്ങളും ജലവാഹികളുമായ ധമനീമുഖങ്ങളുമായ സംഘടനകൊണ്ടും അവയെല്ലാംകൂടി മൂർച്ഛിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ കുടലിൽ ഒരു മരവിപ്പു സംഭവിപ്പാനാണ് അധികം ന്യായം കാണുന്നതു്. അങ്ങനെ സ്തംഭിച്ചുകൂടിയാൽ പിന്നെ ധമനീമുഖങ്ങളോ രക്തമോ എല്ലാം സങ്കോചിക്കയും സ്പന്ദിക്കുകയും ചെയ്യുകയല്ലാതെ സ്രവിക്കുവാൻ വഴികാണുന്നില്ല. അപ്പോൾ പിന്നെ പഞ്ചസാര പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതു ശാസ്ത്രവ്യതിരിക്തവും വൈദ്യരുടെ സ്വകപോലകല്പിതവും ആയ പ്രഭാവത്തെയാണ്. അല്ലാതെ പഞ്ചസാരയ്ക്കു ഒരിക്കലും രക്തം സ്രവിപ്പിക്കാൻ കഴിയുന്നതല്ല. ഇത്രയുമൊ

ക്കാ വിമശിച്ചുനോക്കിയതു പഞ്ചസാരയെപ്പററിയുള്ള വൈദ്യരുടെ പുതിയ പ്രസ്ഥാനത്തിനു എത്രമാത്രം യുക്തിയും ശക്തിയും ഉണ്ടെന്നറിവാനായിട്ടാകുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ള പുതിയപുതിയ പ്രസ്ഥാനങ്ങളിലേയ്ക്കു പ്രവേശിക്കുന്നതു് സ്തുത്യർഹമായ ഒരു ശ്രമംതന്നെയാണെങ്കിലും വൈദ്യരവർകൾ പഞ്ചസാരയെക്കുറിച്ചു കുറേക്കൂടി ചിന്തിച്ചു സംശയവിച്ഛേദകമായ വിധത്തിൽ സ്വയുക്തിയെ സ്ഥാപിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ അതു യഥാർത്ഥമായും കൃതാർത്ഥതയെ ജനിപ്പിക്കുമായിരുന്നു. അക്ഷരജ്ഞാനമില്ലാത്ത അന്ധവിശ്വാസിനിയായ തന്റെ അമ്മ ബാല്യകാലത്തിൽ തന്നോടുകാണിച്ച "ഉമ്മാക്കിവെരുട്ട്" കേട്ടു അതിനെ സാധൂകരിക്കണമെന്നുള്ള മാതൃഭക്തിയാൽ പ്രേരിതമായ നിർബന്ധംകൊണ്ടോ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തെ സംബന്ധിച്ചു പൂർവ്വാചാര്യന്മാരെ അത്രത്തോളം അനുസരിക്കാത്ത സാഹസികനായ ഒരു സ്വതന്ത്രാഭിപ്രായക്കാരനാണു താൻ എന്നുള്ള പണ്ഡിതന്മാരുടെ രഹസ്യവും പരസ്യവുമായ അഭിപ്രായത്തെക്കുറെക്കൂടി ദൃഢീകരിക്കണമെന്നുള്ള വ്യാമോഹംകൊണ്ടോ ഇങ്ങനെയൊരു വിഷയം തിരഞ്ഞെടുക്കുകയും സാധുവും ഹൃദയപ്രിയവുമായ പഞ്ചസാരയെക്കൊണ്ടു രക്തം തുറിക്കയും ചെയ്തിരിക്കുന്നതോർത്താൽ പണ്ഡിതനായ വൈദ്യരുടെ സാഹസകൃത്യത്തെക്കുറിച്ചു വ്യസനിക്കയല്ലാതെ ഗത്യന്തരമില്ല. അതുകൊണ്ടു മിസ്റ്റർ വൈദ്യർ ഒരു രക്തപിത്തിയെ വഴിപോലെ ചികിത്സിച്ചോ മറേറതെങ്കിലും പ്രകാരത്തിലൊ പഞ്ചസാരയുടെ ഉപയോഗഫലത്തെ കുറേക്കൂടി സൂക്ഷ്മസൂക്ഷ്മമായി പരീക്ഷിച്ചറിഞ്ഞു സംശയം തീരത്തക്കവണ്ണം അതിനു രക്തപ്രവർത്തകത്വം ഉണ്ടെങ്കിൽ അതിനെ "സുഖാശംസി"വഴി അറിയിച്ചുതരുവാൻ അപേക്ഷ. ഈ വിഷയത്തെ സംബന്ധിച്ചു മററു മഹാനുഭാവന്മാരായ വൈദ്യന്മാരുടേയും അഭിപ്രായമറിവാൻ അത്യർത്ഥനായുണ്ടു്. അവരേയും "സുഖാശംസി"മാർഗ്ഗം ക്ഷണിച്ചുകൊണ്ടു തല്ക്കാലം വിരമിക്കുന്നു.

അഭ്യാസാൽപ്രാപ്യതേദൃഷ്ടിഃകർമ്മസിദ്ധിപ്രകാശിനീ
രത്നാദിസദസജ്ഞാനംനശാസ്ത്രാദേവജായതേ.

ആയുർവേദം.

3

(ആയുർവേദഭൂഷണൻ എ. കെ. കേശവൻ)

ഇക്കാലത്തു സകലരുടേയും സവിശേഷമായ ശ്രദ്ധയ്ക്കു വിഷയമായി ഭവിക്കാവുന്നതും ഇതരവേദങ്ങളെപ്പോലെ ആയുൎവ്വേദത്തിനുള്ളതുമായ ഒരു നാഗരീകതയെക്കുറിച്ചുകൂടി രണ്ടുവാക്കു പ്രസ്താവിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു: ആയുൎവ്വേദത്തിന്റെ അദ്ധ്യയനസ്വാതന്ത്ര്യം ചാതുൎവ്വർണ്യത്തിൽ ആദ്യത്തെ മൂന്നു വൎണ്ണങ്ങൾക്കു മാത്രമേ ചരകമഹർഷി നൾകിയിട്ടുള്ളു. ആയുർവേദവിദ്യാൎത്ഥികൾക്കു വിശേഷമായി ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ടുന്ന യോഗ്യതകളെക്കുറിച്ചും അദ്ദേഹം വിസ്താരമായി പ്രതിപാദിക്കാതെ വിട്ടിട്ടില്ല. നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന യോഗ്യതകൾ തികഞ്ഞ അവൎണ്ണന്മാരും അധികാരികളാകുമോ? അതല്ല നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ട യോഗ്യതകൾ തികയാത്ത ആദ്യത്തെ മൂന്നു വൎണ്ണക്കാരും അനധികാരികളാകുമോ? എന്നും മറ്റുമുള്ള സംഗതി അധികാരികൾക്കു മാത്രമേ തീർച്ച ചെയ്‌വാനധികാരമുള്ളു. ജീവികൾക്കു നന്മ ചെയ്യുന്നതിനായി ബ്രാഹ്മണനും, സ്വാത്മരക്ഷയ്ക്കു വേണ്ടിമാത്രം ക്ഷത്രിയനും, ഒരു തൊഴിൽ എന്നനിലയിൽ ധനാൎജ്ജനത്തിനു വൈശ്യനും ആയുർവേദാദ്ധ്യയനം ചെയ്യണമെന്നാണ് ചരകമതം. മററുചില ആചാൎയ്യന്മാർ അധികാരികൾക്കു മാത്രമേ ഉപദേശിക്കാവു എന്നു നിർബന്ധിക്കുന്നു. അധികാരിശബ്ദത്തിനു് അവർ വിവക്ഷിക്കുന്ന അൎത്ഥത്തിനു വൎണ്ണങ്ങൾക്കു വെളിയിൽ വ്യാപ്തിയുണ്ടോ എന്നുള്ള ഭാഗം തൎക്കമററതായിരിക്കാനിടയില്ല. ആദ്യകാലങ്ങളിൽ ബ്രാഹ്മണരും ക്ഷത്രിയരും വൈദ്യവിദ്യാഭ്യാസംചെയ്തു വിധിപ്രകാരം പ്രായോഗികമായി സമസൃഷ്ടങ്ങൾക്കു നന്മ ചെയ്തിരുന്നു എന്നുള്ള സംഗതി വിസ്മരിക്കത്തക്കതല്ല. കാലാന്തരത്തിൽ വൎണ്ണാശ്രമധൎമ്മാനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ തീക്ഷ്ണതകൊണ്ടു് ശസ്ത്രക്രിയാഭാഗം അവൎക്കു നിഷിദ്ധമാകയാൽ ആ ഭാഗം വിട്ടു ബാക്കിയുള്ള ഔഷധഭാഗം മാത്രംവച്ചു പോററിയിരുന്നു: കാലക്രമേണ കൂലിയില്ലാത്ത തൊഴിലിൽനിന്നും അവർ പിന്നോട്ടു മാറിത്തുടങ്ങി. പിന്നീടു കുറെക്കാലത്തേക്കു അധികാരികൾക്കു ചില ഭാഗങ്ങൾ ഉപദേശിക്കമാത്രം അവർ ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു. അതും നിഷ്ക്കളങ്കമായ നിലയിലായിരുന്നോ എന്നു സംശയിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇത്രയുമായപ്പോഴത്തേക്കു ആയുർവേദം അസ്ഥിയും തോലിയുമായി ശേഷിച്ചും

ജീവിതയാത്രയിൽ ഒരു സ്ഥാനത്തുനിന്നും ഒരാൾ മാറിയാൽ ആ സ്ഥാനത്തു മറെറാരു ആൾ കയ്യേറുന്നതു സംഭവ്യവുമാണ്. ഈ ക്രമത്തിൽ ആ സ്ഥാനത്തിൽ സവ്വഥാ അർഹരൊ അനൎഹരോ ആയ ഒരുകൂട്ടം ആളുകൾ വന്നുചേൎന്നു. അവർ കാലാന്തരത്തിൽതൊഴിൽകൊണ്ടു വൈദ്യന്മാർ എന്ന ജാതിയായിത്തീൎന്നു. ബംഗാൾ മുതലായ പ്രദേശങ്ങളിൽ വൈദ്യന്മാർ എന്ന ഒരു ജാതിതന്നെ ഉണ്ടു്. അവരും സംസൎഗ്ഗംകൊണ്ടു എല്ലായ്പോഴും വിദ്യാസമ്പന്നന്മാരായും അധികാരികൾക്കു് അസ്ഥയും ശാലിയുമായി ശോഷിച്ച ആയുൎവേദം ഉപദേശിക്ക എന്ന ശാഠ്യമുള്ളവരായും തീൎന്നു. പാരമ്പര്യം എല്ലാ തൊഴിലുകളുടേയും വിജയത്തിനു വളരെ സഹായിക്കുമെന്നുള്ളതു സവ്വവിദിതമാണല്ലോ. ഗുരു, അച്ഛനോ അമ്മാവനോ ജ്യേഷ്ഠനോ ആയിരിക്കയും, ശിഷ്യന്മാർ പുത്രരൊ, അനന്തരവരൊ, അനുജന്മാരൊ രക്തസംബന്ധമുള്ള വേറെ വല്ലവരുമോ ആയിരിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരു സമ്പ്രദായമാണു പിന്നീടു ഇവരുടെ ഇടയിൽ നടന്നുതുടങ്ങിയതു്. ഗുരുവിനോടുകൂടി ശിഷ്യന്മാർ താമസിക്കയും ശാസ്ത്രീയമായും പ്രായോഗികമായുമുള്ള അഭ്യാസം നടത്തുകയും ചെയ്തുവന്നു. തന്റെ രോഗികളെ പരിശോധിക്കാനുള്ള ചുററി സഞ്ചാരത്തിൽ ശിഷ്യന്മാരിൽ ചിലരെക്കൊണ്ടു പോകയും, ചിലരെ ഔഷധപാകശാലയിൽ ഭരമേല്പിക്കയും മററും ചെയ്യുന്ന പതിവാകയാൽ ഇന്നത്തെപ്പോലെ ആശുപത്രികളും കാളേജുകളും മററും അന്നില്ലായിരുന്നെങ്കിലും അതു വിദ്യാൎത്ഥികൾക്കു ഒരു കുറവായി തീൎന്നിരുന്നില്ല. ഹിന്തുവൈദ്യശാസ്ത്രം അധികവും സസ്യങ്ങളേയും ചെടികളേയുമാണ് ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നതു്. ഔഷധശാസ്ത്രത്തിന്റെ പൂൎണ്ണജ്ഞാനമില്ലാതെ അവയെ തിരിച്ചറിയുന്നതു സുകരമല്ല. ഗുരുവിന്റെ കുടുംബത്തിൽപെട്ട ശിഷ്യന്മാൎക്കു അവർ ചെറുപ്പംമുതൽ ഗുരുവിനോടുകൂടി താമസിക്കുന്നതിനാൽ ഔഷധജ്ഞാനം സുകരമായി തീരുന്നു. അന്യന്മാരായ ശിഷ്യന്മാരും ഗുരുവിനോടു ഒന്നിച്ചു താമസിക്കയും ധൎമ്മമായി ഉപദേശങ്ങൾ ചെയ്കയും പതിവായിരുന്നെങ്കിലും, സ്വന്തം വിദ്യാൎത്ഥികളോടു് അന്യന്മാരോടുള്ളതിനേക്കാൾ കൂടുതലായ ഒരു മമതാബന്ധം സ്വാഭാവികമായി ഒരു ഗുരുവിനു് ഉണ്ടാകുമെന്നുള്ളതു സംഭവ്യമത്രെ. വിശേഷിച്ചു വൈദ്യവിഷയമായ ഔൽകൃഷ്ട്യം തന്റെ കുടുംബത്തിനുതന്നെ നിലനില്ക്കണമെന്നു ഒരു ഗുരുവിനുതോന്നി അതനുസരിച്ചു ചില പ്രത്യേകമായ നിഷ്ഠകൾ വച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമെങ്കിൽ അതിനെക്കുറിച്ചും അപലപിക്കാൻ പാടുള്ളതല്ല. ഗുരുക്കന്മാരുടെ ഈ മനഃസ്ഥിതിയുടെ ഫലമായിട്ടാണു് ഇൻഡ്യയിൽ അവിടവിടെമാത്രം ചില സുപ്രസി

ധങ്ങളായ വൈദ്യകുടുംബങ്ങൾ ശേഷിക്കാനിടയായിട്ടുള്ളതെന്നു ഊഹിക്കുന്നതിൽ അബദ്ധമുണ്ടെന്നു തോന്നുന്നില്ല. അങ്ങനെയുള്ള കുടുംബങ്ങൾ വളരെ തലമുറകളായി തങ്ങൾക്കു ശാസ്ത്രാഭ്യാസത്തിന്റെയും അതനുസരിച്ചു പ്രായോഗികമായുണ്ടാവുന്ന അനുഭവത്തിന്റെയും ഫലമായി നിലനിന്നുപോരുന്നതാണ്. അക്കാലത്തു, അദ്ധ്യയനത്തിനു വിദ്യാർത്ഥികളിൽ ചിലൎക്കു് സൌകൎയ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും ഗുരുക്കന്മാരുടെ മേൽപ്രസ്താവിച്ച പക്ഷഭേദം ഒരുവിധത്തിൽ ആയുർവ്വേദത്തിന്റെ അഭിവൃദ്ധിയെയല്ല അധോഗതിയെയാണു സഹായിച്ചതു്. ചാതുർവ്വർണ്ണ്യത്തിലെ അധികാരികൾക്കുതന്നെ പലവിധമായ പ്രതിബന്ധങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. അക്കാലത്തു അച്ചടിയന്ത്രം ഇൻഡ്യയിൽ ഇല്ലായിരുന്നതിനാൽ ഗ്രന്ഥങ്ങൾതന്നെ കിട്ടുകില്ലായിരുന്നു. ഗുരുക്കന്മാരുടെ അധീനത്തിൽ അപൂർവ്വമായി കാണുന്ന എഴുത്തുഗ്രന്ഥങ്ങൾ ശിഷ്യന്മാൎക്കു സ്വാതന്ത്ര്യമായി എടുത്തു പെരുമാറാൻ അനുവദിച്ചിരുന്നില്ല. ഒരുഗ്രന്ഥം പകൎത്തുക എന്നതു വളരെ ശ്രമസാദ്ധ്യമായിരുന്നെങ്കിലും അതുംഅന്യന്മാരായ ശിഷ്യന്മാൎക്കു് അവകാശമില്ലാത്തതായിരുന്നു. ബംഗാൾ മെഡിക്കൽ സർവീസിൽ ഇരുന്ന ഡാക്ടർ റ്റി. എ. വൈസ് എന്നമഹാൻ ഹിന്ദുവൈദ്യത്തിന്റെ അന്നത്തെ ശോച്യാവസ്ഥയേയും പ്രസിദ്ധന്മാരായ ഹിന്ദുവൈദ്യന്മാരുടെ ദൌർല്ലഭ്യത്തേയും അതിനുള്ള ഹേതുസമുച്ചയത്തേയുംമററും കുറിച്ചു പറഞ്ഞകൂട്ടത്തിൽ ഏതാണ്ടു് താഴെ പറയുംപ്രകാരം പ്രസ്താവിച്ചിരിക്കുന്നു. "വളരെ തലമുറകളായി വൈദ്യവൃത്തികൊണ്ടു് പ്രസിദ്ധിയും ബഹുമാനവും സമ്പാദിച്ചിരുന്ന ചില കുടുംബങ്ങളെ ആശ്രയിച്ചുകൊണ്ടു പട്ടണങ്ങളുടെ അയൽ പ്രദേശങ്ങളിൽ അപൂർവ്വം ചിലർ വൈദ്യവൃത്തിയിൽ ഇരിക്കുന്നതായി കാണുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള ചില വൈദ്യകുടുംബങ്ങളെക്കുറിച്ചു് അറിയാൻ എനിക്കു ഭാഗ്യമുണ്ടായിട്ടുണ്ടു്. അവർ വളരെ ധനികന്മാരും, ജനങ്ങളാൽ സബഹുമാനം ആദരിക്കപ്പെടുന്നവരുമാണു്. അവരുടെ കുടുംബങ്ങളിൽ വളരെ കരുതലോടുകൂടി സൂക്ഷിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന വൈദ്യഗ്രന്ഥങ്ങളെ പണംകൊണ്ടോ മററു് എന്തെങ്കിലും പ്രേരണാശക്തികളാലോ വെളിക്കിറക്കാൻ കഴിയുന്നതല്ല. ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ ഉടമസ്ഥന്റെ ഗൃഹത്തിൽവച്ചു പകൎത്തുന്നതിനുപോലും അനുവാദമില്ല. തങ്ങൾക്കു് ദൈവാനുഗ്രഹത്താൽ ലഭിച്ചിട്ടുള്ള ഗ്രന്ഥങ്ങളെ പകൎത്തുന്നതിനു് അനുവദിച്ചാൽ അതിന്റെ ഫലം മുഴുവനും നഷ്ടമായിപ്പോകുമെന്നുള്ള അന്ധവിശ്വാസത്തിന്മേലാണു് ഈ നിർബന്ധം വന്നുകൂടിയിരിക്കുന്നതു്."

മേൽ പ്രസ്താവിച്ച സംഗതി ആലോചിച്ചാൽ, വേദോച്ചാര

ണം അവിചാരിതമായി കേട്ടുപോകുന്ന ശൂദ്രാദികളെ ഓടിച്ചുപിടിച്ചു് ചെവിയിൽ ഈയ്യം ഉരുക്കിയൊഴിക്കാൻ വിധിച്ചിരിക്കുന്നതിൽ എന്താണത്ഭുതം. പണ്ടത്തെ നാനാരൂപങ്ങളായ പ്രതിബന്ധങ്ങളാൽ വലച്ചുനിന്നു അസ്ഥിമാത്രശേഷമായ ആയുർവ്വേദം വീണ്ടും മേൽപ്രകാരമുള്ള കാരണങ്ങളാൽ അല്പപ്രാണമായിരിക്കുമ്പോൾ ഒളിച്ചുനിന്ന കേട്ടുംകണ്ടും കുറിപ്പിട്ടുസൂക്ഷിച്ചും മററുവിധത്തിലും അവശേഷിച്ചിട്ടുള്ളവയാണു് ആയുർവ്വേദഗ്രന്ഥരൂപത്തിൽ ഇന്നു നമുക്കു ലഭിക്കുന്നതു്. അപ്രകാരമുള്ള ഗ്രന്ഥങ്ങൾതന്നെ അച്ചടിയന്ത്രം ഇൻഡ്യയിൽ നടപ്പായതിന്റെശേഷം അച്ചിടുവിക്കുന്നതിൽ ബ്രാഹ്മണർമുതലായവർ വളരെ വിമുഖതകാണിച്ചുവന്നു. തങ്ങളാൽ പ്രതിപാദിക്കപ്പെടുന്ന വിഷയങ്ങൾ എല്ലാബുദ്ധിക്കും സുഗ്രാഹ്യമല്ലെന്നൊരു വിശ്വാസം തെറ്റായിട്ടോ ശരിയായിട്ടോ ബ്രാഹ്മണർക്കു് ഉണ്ടായിരുന്നു. വിഗ്രഹങ്ങളിൽ ഈശ്വരനെ സങ്കല്പിച്ചു് നിത്യം നിഷ്കളങ്കമായ ഭക്ത്യാദരങ്ങളോടുകൂടി പുഷ്പഗന്ധാദികളാൽ അർച്ചനചെയ്താരാധിക്കുന്ന സാമാന്യബുദ്ധിയുള്ള ഒരുവനു് വേദാന്തഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ പ്രതിപാദിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഉൽകൃഷ്ടങ്ങളായ ആദ്ധ്യാത്മികതത്വങ്ങളേയും ബ്രഹ്മസ്വരൂപത്തേയും മററും ഉപദേശിച്ചാൽ അതു് അയാൾക്കു് ഗ്രഹിക്കാൻ കഴിയാത്തതുകൂടാതെ മുൻപുണ്ടായിരുന്ന വിഗ്രഹവിശ്വാസം ഇല്ലാതാകയും ഒന്നിലും വിശ്വാസമില്ലാതെ നിരീശ്വരനായിത്തീരുന്നതിനു് ഇടയാകയും ചെയ്യുമെന്നും, അതിനാൽ അവരവരുടെ ബുദ്ധിക്കും പരിതസ്ഥിതിക്കും അനുകൂലമായവിധത്തിൽമാത്രമെ അവരോടു് ഉപദേശിക്കാവൂ എന്നുമാണു് ഗുരുക്കന്മാരുടെ മതമായിരുന്നതു്,

"വിദ്യയൈവസമംകാമം മർത്തവ്യംബ്രഹ്മവാദിനാ

....

എന്നുള്ള മനുവാക്യം അനുസരിച്ചാണു് പണ്ടു് മററുവേദങ്ങളെപ്പോലെ ആയുർവ്വേദവും ഒരു വർഗ്ഗക്കാരുടെ സ്വത്തായിത്തീന്നതു്. ഫലപുഷ്ടിയുള്ള എല്ലാനിലത്തിലും ബീജാവാപം ചെയ്യുമെന്നും മുളയ്ക്കാത്തനിലത്തിൽ ബീജം ഇടുന്നതിനേക്കാൾ അതു നശിപ്പിച്ചുകളയുന്നതാണു് ഭേദം. അതുപോലെ വേദജ്ഞനായവൻ അതിനെഗ്രഹിക്കാനും അനുഷ്ഠിക്കാനും ശക്തരായവർക്കേ അതു ഉപദേശിക്കാവൂ എന്നും അല്ലാത്തവക്കു ഉപദേശിക്കുന്നതിനെക്കാൾ അതിനോടുകൂടി മരിക്കുന്നതാണു ഉത്തമമെന്നുമാണു് ടി വാക്യത്തിന്റെ താല്പയ്യം എങ്കിലും അനുഷ്ഠാനത്തിൽ അതിനു വേറൊരു വിധത്തിൽ പരിധികല്പിച്ചു എന്നൊരു ദുരവസ്ഥയാണു വന്നുകൂടിയതു്. ഈ സ്വയംകൃതദുരവസ്ഥയുടെ ദുഷ്ടദുഃഖങ്ങളെ സുതരാംസ്പഷ്ടമാക്കുന്ന

തിനു ഇൻഡ്യയിൽ ദുർവിധിവശാൽ സംഭവങ്ങൾ തുടൎന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. മഹമ്മദീയാക്രമണം വിദേശഭരണം മുതലായവ ഇതിനു ദൃഷ്ടാന്തങ്ങളായി ഉദ്ധരിക്കാവുന്നവയാണ്.

ചൎയ്യ.

—*—

2

പാട്ടത്തിൽ കെ. നാരായണൻ വൈദ്യൻ.

പ്രാതസ്മരണം.

ഉറക്കം എഴുന്നേററയുടനെ ഈശ്വരധ്യാനംചെയ്യണമെന്നു പറഞ്ഞുകഴിഞ്ഞു. ഈശ്വരസാക്ഷാൽകാരം തന്നിലുണ്ടാകുമ്പോൾ താൻ ചെയ്യുന്ന സകല കൎമ്മങ്ങളും ഈശ്വരഗുണങ്ങൾ ഏറിയവയായിരിപ്പാനാണിടയുള്ളത്. ഈശ്വരഗുണങ്ങളെ പ്രത്യക്ഷത്തിൽ മനസ്സിലാക്കുവാൻ ഈശ്വരസാക്ഷാൽക്കാരം ലഭിച്ചിട്ടുള്ള വ്യക്തിവിശേഷങ്ങളെ സ്മരിക്കുന്നതും വളരെ നല്ലതാകുന്നു. ഇതുകൊണ്ടാണ് ഈശ്വരാവതാരമെന്നു കല്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന മധുസൂദനനെ (ശ്രീകൃഷ്ണനെ) സ്മരിക്കണമെന്ന് മുൻപേ വിധിച്ചത്. ചൎയ്യാചന്ദ്രോദയത്തിൽ പ്രാതസ്മരണത്തെക്കുറിച്ച് ഇപ്രകാരം പറയുന്നു.

സ്മൃതേസകലകല്യാണഭാജനംയത്രജായതെ
പുരുഷന്തമജംനിത്യംപ്രജാമിശരണംഹരിം!!
പുണ്യശ്ലോകോനളോരാജാപുണ്യശ്ലോകോയുധിഷ്ഠിരഃ
പുണ്യശ്ലോകാചവൈദേഹീപുണ്യശ്ലോകോജനാൎദ്ദനഃ
അശ്വത്ഥാമാബലിർവ്യാസോ ഹനൂമാംശ്ചവിഭീഷണഃ
കൃപഃപരശുരാമശ്ചസപ്തൈതേചിരജീവിനഃ
സപ്തൈതാൻസംസ്മരേന്നിത്യംമാൎക്കണ്ഡേയമഥാഷ്ടമം
ജീവേദ്വൎഷശതംസോപിസൎവ്വവ്യാധിവിവൎജ്ജിതഃ
അഹല്യാദ്രൗപതീസീതാതാരാമണ്ഡോദരീതഥാ
പഞ്ചകന്യാസ്മരേന്നിത്യം മഹാപാതകനാശനം!!

ആരെസ്മരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ദുരിതവിനാശവും സകലൈശ്വൎയ്യവും ദീൎഘായുസ്സും ഭവിക്കുന്നുവോ ആഹരിയെ ഞാൻ ശരണംപ്രാപിക്കുന്നു. പുണ്യശ്ലോകന്മാരായ നളൻ, ധൎമ്മപുത്രൻ, സീതാ, ശ്രീരാമൻ അശ്വത്ഥാമാവ്, മഹാബലി, വ്യാസൻ, ഹനൂമാൻ, വിഭീഷണൻ,

കൃപരു്, പരശുരാമൻ, മാർക്കണ്ഡേയൻ, ഈ എട്ടുപേരും ഓരോപ്രകാരത്തിൽ പരിശുദ്ധമായ ജീവിതംകൊണ്ടു് പ്രസിദ്ധിനേടിയവരും മഹാവ്യാധികൾ യാതൊന്നും പിടിപെടാത്ത ദീർഘജീവികളും ആകുന്നു. ഇതുപോലെ സ്ത്രീവർഗ്ഗത്തിൽ അഹല്യാ, പാഞ്ചാലി, സീതാ, താരാ, മണ്ഡോദരീ, ഇവരും പ്രസിദ്ധകളാണു്. അതിനാൽ മഹാപാതകങ്ങൾ നശിക്കുന്നതിനും ദീർഘായുസ്സുകളായി ശോഭിക്കുന്നതിനുമായി മേൽപറഞ്ഞവരെ നിത്യവും സ്മരിക്കണമെന്നാണു് ശ്ലോകസാരം. സ്മരണവിഷയത്തിൽ ഇങ്ങനെ ഒക്കെയാണഭിപ്രായമെങ്കിലും ഇവരെത്തന്നെ സ്മരിച്ചേകഴിയു എന്നില്ല. സ്മരണത്തിന്റെ ഉദ്ദേശം ഫലിപ്പിക്കത്തക്കവണ്ണം സ്മര്യവ്യക്തികളെ തിരഞ്ഞെടുത്തുകൊള്ളാവുന്നതാണു്. തന്റെ അന്തഃകരണത്തിൽ പൊങ്ങിവരുന്ന പരിശുദ്ധമായ ജീവിതവാസനയ്ക്കു് അനുകരണീയമായ ഒരു വ്യക്തിയെ പരീക്ഷിച്ചറിഞ്ഞു് തദനുകൂലമായി സ്മരിച്ചുകൊള്ളേണ്ടതു് ആവശ്യമായിട്ടുള്ളതാകുന്നു. ഓരോരുത്തരുടേയും പ്രസ്ഥാനങ്ങൾക്കൊരാലംബമുണ്ടായിരിക്കേണ്ടതും, അതനുസരിച്ചു് യാത്രചെയ്താൽ ആ വഴി വിജയം സുലഭമായി വരുന്നതുമാണു്. ഒരു സ്റ്റേറ്റുമെന്റിൻ പ്രകാരം രാജ്യഭരണം നടത്തുന്നതുപോലെയും, പ്ലാൻ അനുസരിച്ചു കെട്ടിടം പൂർത്തീകരിക്കുന്നതുപോലെയും പ്രാരംഭരേഖ അനുസരിച്ചു് ചിത്രം സംപൂർണ്ണമാക്കുന്നതുപോലെയും, വിഷയവിഭാഗാനുസരിച്ചു് കാവ്യം പരിസമാപ്തമാക്കുന്നതുപോലെയും, ഒരു ശരിയായ വ്യക്തിയുടെ അനുകരണംകൊണ്ടു് ജീവിതം ആശാസ്യവും വിജയകരവും ആക്കിത്തീർക്കേണ്ടതാകുന്നു. ആ മാതിരിയുള്ള വ്യക്തികളെയാണു് തിരഞ്ഞെടുത്തു് ഓരോ ദിവസങ്ങളുടേയും ജീവിതാരംഭത്തിൽ സ്മരിക്കേണ്ടതു്. ദിവസാരംഭത്തിൽ ഹൃദയപരിശുദ്ധി മുതലായ ഗുണങ്ങൾ സുലഭങ്ങളാകയാൽ കണ്ണാടിയിലെന്നപോലെ ആ സ്മരണങ്ങളെല്ലാം ഹൃദയത്തിൽ പതിയുവാൻ ഇടയുള്ളതുകൊണ്ടു് പ്രാതഃസ്മരണകൾ വളരെ ശക്തിയും വിജയവും ഉള്ളതാകുന്നു. അതുകൊണ്ടാണു് അങ്ങിനെ ചെയ്യണമെന്നു വിധിച്ചിരിക്കുന്നതു്. തങ്ങൾ ഏതേതു ഗുണങ്ങളെ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവോ അതാതു ഗുണങ്ങളുള്ള മഹാനുഭാവന്മാരെ സ്മരിക്കണമെന്നു ഇത്രമാത്രംകൊണ്ടു് സ്പഷ്ടമാണല്ലോ. ശ്രീകൃഷ്ണൻ, ബുദ്ധൻ, യേശുക്രിസ്തു, മഹമ്മദുനബി മുതലായി അവതാരപുരുഷന്മാരെന്നു പറയപ്പെടുന്ന വ്യക്തിവിശേഷങ്ങളും സ്മര്യന്മാരാണു്. നിഷ്കാമകർമ്മം, സമഭാവന, ജീവകാരുണ്യം, ആത്മത്യാഗം സഹനം മുതലായ ഉത്തമദൃഷ്ടാന്തഗുണങ്ങൾ മേൽപറഞ്ഞ മഹാത്മാക്കളിൽനിന്നു പകർത്തുവാനുണ്ടു്. ഇതുപോലെ സ്മരണീയന്മാരായി വേറെയും അന്തരിച്ചുപോയ പല മഹാന്മാരു

പൊട്ടപ്പ് വീപ്പ് ഗൌരവം മുതലായവയെ തടുക്കുന്നതാണെന്നും തെളിയുന്നു. പ്രകൃത്യാ ആശയങ്ങൾക്കും സിരകൾക്കും പ്രബോധനമുണ്ടാകുന്ന ഒരു ധർമ്മമാകയാൽ ഉഷസ്സ് അതിനു പററിയതാണെന്നുള്ളതിനു സംശയവുമില്ലാ. അതുകൊണ്ടു് മലമൂത്രാദികളെ വിസർജ്ജിക്കുകയെന്നുള്ളതു് ആവശ്യമായ കാര്യമാകുന്നു.

എന്നാൽ മലമൂത്രവേഗങ്ങൾ ഇല്ലാതെയിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ അവയെ പുറപ്പെടുവിപ്പിക്കുവാൻ പാടില്ല. അവ അങ്ങിനെ പുറപ്പെടുവിക്കയാണെങ്കിൽ പലമാതിരി ആപത്തുകളെ ഉണ്ടാക്കിത്തീർക്കുന്നതാണ്. അതുപോലെ മലമൂത്രാദികൾ പോണമെന്നു തോന്നിയാൽ ആ വേഗങ്ങളെ തടുക്കുവാനും പാടില്ല. "നവേഗിതോന്യകാര്യസ്സ്യാൽ" നവേഗാനീരയേൽബലാൽ വേഗങ്ങളുണ്ടായാൽ അതിനെ പുറത്താക്കാതെ വേറൊരു കാര്യത്തിലും ഉൾപ്പെടരുതു് വേഗങ്ങളെ ബലാൽ പുറപ്പെടുവിക്കയും അരുതു് എന്നാണ് ശാസ്ത്രസിദ്ധാന്തം.

മലമൂത്രാദികളെ തടുത്താൽ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു.

ആടോപശൂലൌ പരികർത്തികാ ച
സംഗഃ പുരീഷസ്യ തഥോർദ്ധ്വവാതഃ
പുരീഷമാസ്യാദഥവാ നിരേതി

പുരീഷവേഗേഭിഹതേ നരസ്യ വയററിൽ വെട്ടപൊട്ടപ്പ് കത്തിനോവലും മലബന്ധം അരുങ്ങിവേദന മേൽപോട്ടുള്ള വായു ഇത്യാദി ഉപദ്രവങ്ങൾ മലം തടുത്താൽ ഉണ്ടാകുന്നു.

വസ്തിമേഹനയോശ്ശൂലം മൂത്രകൃച്ഛ്രം ശിരോരുജം
വിനാമോ വംക്ഷണാനാഹസ്സ്യാല്ലിംഗം മൂത്രനിഗ്രഹേ

വസ്തിലിംഗങ്ങളുവയിൽ കുത്തി നോവ് മൂത്രകൃച്ഛ്രം തലവേദന വിനാമം (കോച്ചൽ) കഴലയ്ക്കു് വീപ്പ് ഇത്യാദി ഉപദ്രവങ്ങൾ മൂത്രം തടുത്താൽ ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. മിക്കവാറും വേഗധാരണങ്ങളെക്കൊണ്ടാണ് സകലരോഗങ്ങളും സംഭവിക്കുന്നതെങ്കിലും മലമൂത്രരോധം കൊണ്ടു് മേൽപറഞ്ഞതു കൂടാതെയും പലരോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകാവുന്നതാണ്. ഇങ്ങനെവല്ല ഉപദ്രവങ്ങളും വന്നാൽ ഉടനെ വർത്തി (മലമാർഗ്ഗത്തിൽ വെയ്ക്കുന്ന തിരി) വച്ചും എണ്ണകൾ തേച്ചും കാടിമുതലായവയിൽ ഇറങ്ങിയിരുന്നും വിയർപ്പിച്ചും വസ്തികൾ ചെയ്തും വായുവിനെ അനുലോമിപ്പിച്ചു് മലവും മൂത്രവും പോക്കേണ്ടതാകുന്നു. മലമൂത്രങ്ങളെ പോക്കുന്നതായ ആഹാരവിഹാരങ്ങൾ എല്ലാം ചെയ്തുകൊള്ളു

വുന്നതാകുന്നു. എന്നിവന്നാൽ സ്നേഹപാനമോ മററൗഷധങ്ങളോ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിക്കൊള്ളാവുന്നതുമാകുന്നു.

മലമൂത്രവിസർജ്ജനങ്ങൾ കഴിഞ്ഞാലുമല്ലെങ്കിലും ശൌചം അതായതു ശുദ്ധീകരണം ആവശ്യമാണല്ലോ. മലമൂത്രാദിവിസർജ്ജനങ്ങളുടെ അനന്തരമായാൽ അതുകൂടെക്കൂടെ ഉത്തമവും നിവൃത്തികരവുമാകയാൽ പിന്നീടാണു ശൌചംവിധിച്ചുകാണുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു അടുത്തപടിയിൽ "ശൌചം" ആരംഭിക്കണം. എന്നാൽ ശൌചത്തിനും ചില നിയമങ്ങളുണ്ടു്

പഞ്ചകർമ്മങ്ങൾ.

൪

(ബി. നീലകണ്ഠൻവൈദ്യൻ)

—:೦*೦:—

കാലത്തു പത്തുമണിക്കുശേഷമാണു് വിരേചനൗഷധങ്ങൾ സേവിപ്പിക്കേണ്ടതു്. പത്തുമണിവരെ കഫത്തിന്റെ കാലമാകയാൽ അപ്പോൾ വിരേചനത്തിനായി ഔഷധങ്ങൾ കൊടുക്കുന്നതു് അത്ര നന്നല്ല. രോഗിയുടേയും രോഗത്തിന്റേയും ജഠരാഗ്നിയുടേയും ബലാബലങ്ങളെ നല്ലവണ്ണം നോക്കി ഔചിത്യംപോലെല്ലാതെ അലക്ഷ്യമായിട്ടു് ഒരിക്കലും മരുന്നു സേവിപ്പിക്കരുതു്. രോഗത്തിന്റെയും മററും ബലത്തിനു തക്കവണ്ണമല്ലാതെ ഔഷധം അധികമായി ഉപയോഗിപ്പിച്ചാൽ തദ്വാരാ പല അനർത്ഥങ്ങളും സംഭവിക്കുന്നതാണെന്നും അപ്രകാരംതന്നെ ഔഷധത്തിന്റെ മാത്ര അല്പമായിപ്പോയാൽ അതു് നിഷ്ഫലമായിത്തീരുന്നതാണെന്നും എപ്പോഴും ഓർമ്മയിരിക്കേണ്ടതാണു്. രോഗബലശരീരാദികളെ നോക്കി പ്രയോഗിച്ചുകൊള്ളുന്നതിനായി ആചാര്യന്മാർ വിധിച്ചിട്ടുള്ള വിരേചനകരങ്ങളായ അനേകം യോഗങ്ങളിൽ നിന്നു് യഥായോഗ്യം തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന യോഗത്തിന്റെ മാത്ര—

"വ്യാധ്യാദിഷുമധ്യേഷു
ക്വാഥസ്യാഞ്ജലിരിഷ്യതേ

വിഡാലപദകം മൂന്നും
ദേയഃ കോഷ്ഠാക്ഷസമ്മിതഃ”

എന്നും മററുമുള്ള വിധികളെ നല്ലവണ്ണം ഓർമ്മയിൽ വച്ചുകൊണ്ട് വൈദ്യന്മാർ ബുദ്ധിപൂർവ്വം നിശ്ചയിച്ചുകൊള്ളണം. കോഷ്ഠം, വാതാധിക്യത്തിൽ ക്രൂരമായും പിത്താധിക്യത്തിൽ മൃദുവായും കഫാധിക്യത്തിൽ മദ്ധ്യമമായും ഇരിക്കും. മൃദുകോഷ്ഠന്മാർക്കു പാൽ, ത്രിഫല, മുന്തിരിങ്ങാ മുതലായ മൃദുദ്രവ്യങ്ങൾ കൊണ്ടുതന്നെ നല്ലവണ്ണം വയറിളകുന്നതാണ്. ക്രൂരകോഷ്ഠന്മാർ ദുർവ്വിരേച്യന്മാരാകയാൽ അവരെ വിരേചിപ്പിക്കുന്നതിനായി ത്രികോൽപ്പക്കൊന്ന നാഗദന്തി കള്ളിപ്പാൽ മുതലായ തീക്ഷ്ണൗഷധങ്ങൾതന്നെ പ്രയോഗിക്കപ്പെടേണ്ടിവരും. സാമാന്യമായിപ്പറകയാണെങ്കിൽ പിത്താധിക്യത്തിൽ കഷായരസവും മധുരരസവുമുള്ള ഔഷധങ്ങൾകൊണ്ടും കഫാധിക്യത്തിൽ എരിവുരസമുള്ള ഔഷധങ്ങൾകൊണ്ടും വാതാധിക്യത്താൽ ലവണരസവും സ്നിഗ്ദ്ധതയും ഉഷ്ണവീര്യവുമുള്ള ഔഷധങ്ങൾകൊണ്ടും ആണ് വിരേചിപ്പിക്കേണ്ടതു്. വിരേചനൗഷധം കൊടുത്തശേഷം യഥാകാലം വിരേചനം ഉണ്ടാകാതിരുന്നാൽ ചൂടുവെള്ളംകൊടുക്കുകയും ചൂടുപിടിപ്പിച്ച കൈകൊണ്ടു തടവി വയറു വിയർപ്പിക്കുകയും ചെയ്യണം. വിരേചനം അല്പമായിട്ടു മാത്രമെ ഉണ്ടാകുന്നുള്ളു എന്നുകണ്ടാൽ അന്നു് ഊണുകഴിപ്പിച്ചിട്ടു് അടുത്തദിവസം വീണ്ടും വിരേചിപ്പിക്കേണ്ടതാണ്. സ്നിഗ്ദ്ധത ശരിയായിട്ടില്ലാത്തതുകൊണ്ടാണ് നല്ലപോലെ വിരേചനം ഉണ്ടാകാതിരുന്നതെന്നു് സംശയം തോന്നുന്നപക്ഷം വീണ്ടും പത്തുദിവസംവരെ സ്നേഹസ്വേദങ്ങൾ ചെയ്യിച്ചശേഷം വിരേചിപ്പിക്കണം. അപ്പോഴും മുൻപറഞ്ഞിട്ടുള്ള വിധികളെക്കുറിച്ചും മററും ഓർമ്മിച്ചുകൊള്ളേണ്ടതാണ്. വിരേചനൗഷധം സേവിച്ചവൻ മനസ്സുകൊണ്ടോ ശരീരംകൊണ്ടോ യാതൊന്നും പ്രവർത്തിക്കാതെ സ്വസ്ഥനായിരിക്കേണ്ടതാകുന്നു. മലത്തിന്റെ വേഗത്തെ തടുക്കുകയോ ബലാൽക്കാരമായി അതിനെ പുറപ്പെടുവിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയോ ഒരിക്കലും ചെയ്യരുതു്.

അജീർണ്ണമുള്ളവനും വളരെ കഫമുള്ളവനും വിരേചനൗഷധം ചിലപ്പോൾ ഛർദ്ദിച്ചുപോകുന്നതാണ്. ഏററവും തീക്ഷ്ണമായും ഉഷ്ണമായും ഉപ്പുരസത്തോടുകൂടിയും അഹൃദ്യമായും അധികമായും ഇരിക്കുന്ന വിരേചനൗഷധങ്ങളും ഛർദ്ദിച്ചുപോകാൻ എളുപ്പമുണ്ടു്. ഇങ്ങിനെ വരുന്നായവസരങ്ങളിൽ രോഗിയെ വീണ്ടും സ്നിഗ്ദ്ധനാക്കി ആദ്യം പരാജയം നേരിടാനുണ്ടായ കാരണം നല്ലവണ്ണം ഓർമ്മിച്ചുകൊണ്ടു രണ്ടാമതു് വിരേചിപ്പിച്ചുകൊള്ളണം. അഥവാ അപ്പോഴും ഔഷധം ഛർദ്ദിച്ചുപോകുകതന്നെ ചെയ്യുന്നെങ്കിൽ പി

ന്നിട്ട ഹൃദ്യമായും സാത്മ്യമായും അപായരഹിതമായുമുള്ള ഔഷധങ്ങളല്ലാതെ മററുവിധത്തിലുള്ള വിരേചനൌഷധങ്ങൾ കൊടുക്കാൻ പാടില്ല. സ്നേഹസ്വേദങ്ങൾ ചെയ്യിട്ടില്ലാത്തവന്ന് പഴകിയതും രൂക്ഷവുമായ ഔഷധം കൊടുത്താൽ അതിന്റെ ദോഷങ്ങളെ ഇളക്കാനല്ലാതെ അവയെ പുറത്താക്കാനുള്ള ശക്തിയില്ലാത്തതുകൊണ്ടു ഇക്കിൾ, നീര, തണ്ണീർദ്ദാഹം, ഉരുക്കൾക്കു തളർച്ച മുതലായ പല ഉപദ്രവങ്ങളും ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. സ്നേഹസ്വേദങ്ങൾ ശരിയായി ചെയ്തിരുന്നാലും ഏററവും അഗ്നിദീപ്തിയുള്ളവക്കു കൊടുക്കുന്ന ഔഷധത്തിന്റെ മാത്ര അല്പമായിപ്പോയാൽ ആ ഔഷധം ദഹിച്ചുപോകുന്നതുകൊണ്ടും, തണുപ്പുകൊണ്ടോ ആമംകൊണ്ടോ ചിലപ്പോൾ ഔഷധം സ്തബ്ധമായിപ്പോകുന്നതുകൊണ്ടും ദോഷങ്ങൾ ഇളകിയും മേൽപറഞ്ഞമാതിരി ഉപദ്രവങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നതിന്ന് ഇടയുണ്ടു.

എന്തു കാരണംകൊണ്ടായിരുന്നാലും ശരി, വിരേചനം ശരിയാകാതിരുന്നാൽ ഹൃദയത്തിന്നും വയററിന്നും ശുദ്ധിയില്ലായ്മ, അരുചികേട്, കഫപിത്തങ്ങൾക്കു ഇളക്കം, ചൊറി, വയററുവേദന, ശരീരത്തിന്റെ ഗുരുത്വം, പുകഞ്ഞുതേട്ടൽ, പീനസം, വാതപുരീഷങ്ങൾക്കു തടസ്സം, കുരുക്കൾ മുതലായവ സാമാന്യമായി കാണപ്പെടുന്ന ലക്ഷണങ്ങളാകുന്നു.

ഇങ്ങിനെ വരുന്ന അയോഗങ്ങളിൽ പ്രായേണ ഇന്തുപ്പുചേത്തു കാച്ചിയ എണ്ണ തേച്ചു "പ്രസ്തരശങ്കര" സ്വേദംകൊണ്ടു ശരീരം നല്ലപോലെ വിയർപ്പിച്ചശേഷം നിരൂഹവസ്തി ചെയ്യണം. പിന്നീട്ട ജാംഗലരസം കൂട്ടി ഊണുകഴിപ്പിച്ചിട്ടുമാത്രം അനുസരിച്ചു സ്നേഹവസ്തി ചെയ്യേണ്ടതാണ്. മലങ്കാരക്കാ, തിപ്പലി, ദേവതാരം ഇവ ചേത്തുണ്ടാക്കുന്ന തൈലംവേണം ഇവിടെ സ്നേഹവസ്തിക്കു ഉപയോഗിക്കേണ്ടതു്. അതിന്നുശേഷം വാതഹരങ്ങളായ ദ്രവ്യങ്ങൾചേത്തുണ്ടാക്കീട്ടുള്ള സ്നേഹംകൊടുത്തു സ്നിഗ്ദ്ധനാക്കീട്ടു തീക്ഷ്ണൌഷധങ്ങൾകൊണ്ടു വിരേചിപ്പിക്കണം. ദോഷങ്ങൾ വളരെ വദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നവന്നും, രൂക്ഷന്നും, മന്ദാഗ്നിക്കും, ഉദാവത്തമുള്ളവന്നും അല്പമായ മാത്രയിൽ കൊടുക്കുന്ന ഔഷധം ദോഷങ്ങളെ ഇളക്കി മാർഗ്ഗത്തെ രോധിക്കുന്നതിനാൽ ആ ദോഷങ്ങൾ നാഭിക്കു വിപ്പ്, പൃഷ്ഠപാർശ്വശിരസ്സുകൾക്കു വേദന, ശ്വാസം, മലമൂത്രവായുക്കൾക്കു ഭയങ്കരമായ തടവു മുതലായവയെ ഉത്ഭവിപ്പിക്കും. ഇങ്ങനെ വരുന്നായ വസരങ്ങളിൽ ഉടനെ അഭ്യംഗം, സ്വേദം, വത്തി, നിരൂഹം, അനുവാസനം മുതലായി ഉദാവത്തത്തിന്നുള്ള എല്ലാ ചികിത്സകളും ആവശ്യംപോലെ മററു ചികിത്സകളും ചെയ്തുകൊള്ളണം. ഔഷധം സേവിച്ചവന്ന് വേഗരോധംനിമിത്തം വാതാദി ദോഷങ്ങൾ

കോപിച്ച് ഹൃദയത്തെ ആശ്രയിച്ച് ഭയങ്കരമായിരിക്കുന്ന ഹൃൽഗ്രഹം, ഇക്കിൾ, പാർശ്വഭാഗങ്ങളിൽ വേദന, കാസം, ദീനത, വായിൽ വെള്ളംവരവ്, കണ്ണുകൾക്കു ഇളക്കം ഇവയെ ഉണ്ടാക്കുന്നതാണ്. അവൻ തീരെ ബോധമില്ലാത്ത നാക്കും കടകടായമാനമായി പല്ലും കടിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇവിടെ ഉടൻതന്നെ വൈദ്യൻ സംശയംകൂടാതെ അവനെ ഛർദ്ദിപ്പിക്കണം. പിത്തമൂർച്ഛിതന് മധുരരസമുള്ള ഔഷധങ്ങൾ കൊടുത്തും കഫമൂർച്ഛിതന് എരിവുരസമുള്ള ഔഷധങ്ങൾ കൊടുത്തുംവേണം ഛർദ്ദിപ്പിക്കേണ്ടതു. പിന്നീടുള്ള ദോഷശേഷത്തെ പാചനൌഷധങ്ങൾകൊണ്ടു പചിപ്പിച്ചുകൊള്ളുകയും ശരീരബലവും അഗ്നിബലവും ക്രമേണ വർദ്ധിപ്പിച്ചുകൊള്ളുകയും ചെയ്യണം. ശോധനൌഷധങ്ങൾ സേവിച്ചശേഷം വേഗരോധം കഫരോധം മുതലായവകൊണ്ടു വാതം കോപിച്ചും മററും ഇനിയും ഉണ്ടാകാവുന്ന പലമാതിരി ഉപദ്രവങ്ങൾക്കു യഥോചിതം വേണ്ട പ്രതിക്രിയകൾ വൈദ്യന്മാർ ചെയ്തുകൊള്ളേണ്ടതാണ്.

മലം, പിത്തം, കഫം, വാതം ഇവ യഥാക്രമം ശരിയായിപ്പോകയും മേൽ പ്രസ്താപിച്ചിട്ടുള്ള അയോഗലക്ഷണങ്ങൾക്കു നേരെ വിപരീതമായ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നതു സമ്യഗ്യോഗമാകുന്നു. ഉത്തമമായ വിരേചനത്തിന് മുപ്പതു പ്രാവശ്യം അല്ലെങ്കിൽ നാലിടങ്ങഴിയും മദ്ധ്യമമായ വിരേചനത്തിന് ഇരുപതു പ്രാവശ്യം അല്ലെങ്കിൽ രണ്ടിടങ്ങഴിയും അധമമായ വിരേചനത്തിന് പത്തു പ്രാവശ്യം അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ഇടങ്ങഴിയും ശോധനയുണ്ടാകണം. മലത്തോടുകൂടിയുള്ള ആദ്യത്തെ രണ്ടോ മൂന്നോ വേഗങ്ങളെ തള്ളിയാണ് ഈ കണക്കുകൂട്ടേണ്ടതു. അല്ലെങ്കിൽ കഫം കാണുന്നതുവരെ വിരേചിച്ചു നില്ക്കുന്നതു ശരിയായിട്ടുള്ള വിരേചനമാകുന്നു.

മലം മുതലായവ ക്രമമായി പോയശേഷം കഫപിത്തങ്ങളോടുകൂടാതെ വെറും വെള്ളം മാത്രം അതിസരിച്ചുതുടങ്ങുന്നതു അതിയോഗമാണ്. ഈ വെള്ളം വെളുത്തിട്ടോ കറുത്തിട്ടോ രക്തത്തോടുകൂടിയോ മാംസം കഴുകിയ വെള്ളംപോലെയോ മേദഃഖണ്ഡങ്ങൾപോലെയോ ഇരുന്നേക്കാം. ഗുദഭ്രംശം, വേദന, തണ്ണീർദ്ദാഹം, കണ്ണുകുഴിഞ്ഞുപോകുക, തലച്ചുററൽ, അതിഛർദ്ദിമൂലം ഉണ്ടാകുന്ന ഉപദ്രവങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. ഇവയും പിത്താഢ്യന്മാർക്കും മൃദുകോഷ്ഠന്മാർക്കും ഏററവും തീക്ഷ്ണമായിരിക്കുന്ന വിരേചനൌഷധം കൊടുക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ് പ്രായേണ ഇപ്രകാരം സംഭവിക്കാറുള്ളതു. ഈവിധം ഉണ്ടാകുന്ന അതിയോഗത്തിൽ ശേഷമുള്ള ഔഷധത്തെ മധുരരസമുള്ള വമനൌഷധങ്ങൾ കൊടുത്തു ഛർദ്ദിപ്പിച്ചുകളയണം. (വിരേചനാതിയോഗത്തിൽ വമനം വളരെ ഫലപ്രദമാകുന്നു.) തണുത്ത പക-

ഷേകം, അവഗാഹം മുതലായവകൊണ്ടു സ്വേദിപ്പിക്കുന്നതും അഞ്ജനക്കല്ല്, ചന്ദനം, രാമച്ചം, ആട്ടിൻചോര, പഞ്ചസാര ഇവയോടുകൂടി നല്ലപച്ചവെള്ളത്തിൽ മലപ്പൊടികലർത്തി മന്ദമായി സേവിപ്പിക്കുന്നതും വളരെ നല്ലതാണ്. മററു വേണ്ട ചികിത്സകളും ഔചിത്യം പോലെ ചെയ്തുകൊള്ളണം.

ധൂമപാനം വരുത്തിക്കൂട്ടുന്ന കഷ്ടാരിഷ്ടതകൾ.

വൈദ്യൻ പി. കെ. വേലുക്കുട്ടി അരയൻ.

2.

മുലകുടിമാറിയാൽ ഒരു കുടിവേണം എന്നുള്ള നാടോടിവാക്യം അഥവാ ചിലരുടെ സ്വാർത്ഥവാക്യം അസ്ഥാനത്തിൽ ആക്കാതെ അഛൻകുടിച്ചു മുറിയായ ശേഷം പുരമുറിയുടെ മൂക്കിലോ മുറിയിലോ കളഞ്ഞിട്ടുള്ള മുറിബീഡി മകൻ ഒരു സി. ഐ. ഡി. ഇൻസ്പെക്ടരെപ്പോലെ തപ്പിത്തിരഞ്ഞെടുത്തു അമ്മയോടു തീവാങ്ങി യഥാവിധി അമ്മയെ സാക്ഷിയാക്കി പുകവലിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളെ ഇന്നു എവിടെയും കാണാം. ഈ കാൎയ്യത്തിൽ അഛനമ്മമാൎക്കു യാതൊരു വൈരസ്യവും വ്യസനവും ഉണ്ടാകുന്നില്ല. ഈ പരിശീലനം കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ കടത്തിവിട്ടാലുണ്ടാകാവുന്ന ഫലങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണെന്നു അവർ അറിയുന്നില്ല. പക്ഷേ അറിയുന്നുണ്ടെങ്കിലും മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ ചുമതലയെ അനുസ്മരിച്ചു വേണ്ടതു പ്രവൎത്തിക്കുന്നില്ല. മദശക്തിയും പോരെങ്കിൽ വിഷശക്തിയും ഉള്ള ഈ പുകവലി സദാചാരത്തെയും ശരീരാരോഗ്യത്തെയും പൂൎണ്ണക്ഷയമാക്കുന്നതാണെന്നു എല്ലാപേരും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്. എന്നാൽ മാനനീയന്മാരും വന്ദ്യന്മാരും ആയിട്ടുള്ള ആളുകളുടെ അടുക്കൽ വെച്ചും പുകവലിക്കുവാൻ യാതൊരു ക്ലേശവും കുലുക്കവും ഇല്ലാ. ആഫീസലങ്കാരങ്ങളിലും ഈ സാധനത്തിനു സ്വാഗതം പറയാതെ നിവൃത്തി ഇല്ല. വയസന്മാരും വയസ്ക്കന്മാരും എന്നുള്ള വ്യത്യാസം ധൂമപാനത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളവും കാണുന്നില്ല. ഇപ്രകാരം ആബാലവൃദ്ധം ജനങ്ങളുടേയും സേവയ്ക്കും പൂജ്യതയ്ക്കും ഈ വിഷസാധനം ഹേതുവായിരിക്കുന്നു. പ്രകൃതിയുടെ അവ്യാജമായ മനോധൎമ്മ

ത്തിന്റെ ലക്ഷ്യമാണ മനുഷ്യർ. ഈ മനുഷ്യർ തങ്ങൾക്ക ലഭിച്ചിട്ടുള്ള ശക്തിയെ വ്യക്തീകരിച്ച് സ്വാർത്ഥമായും പരാർത്ഥമായും ഉള്ള പ്രവൃത്തികളെ ചെയ്യുവാൻ നിർബന്ധിതർ ആണല്ലോ. ഈ തത്വം വിസ്മരിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ് മനുഷ്യർക്ക പല നാശങ്ങളും ക്ലേശങ്ങളും അവരുടെ ജീവിതയാത്രയിൽ സംഭവിക്കുന്നത്. സൌന്ദര്യവും ദീർഘജീവിതവും വേണമെന്നു മനഃപൂർവ്വം ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ ധൂമപാനത്തെ നിശ്ശേഷം നിരാകരിക്കതന്നെവേണം. മനുഷ്യധാതുക്കളുടെ (രസാദികൾ)സൌമ്യഗുണങ്ങളെ ആധുനികധൂമപാനത്തിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന തീഷ്ണോഷ്ണഗുണങ്ങൾ നശിപ്പിക്കുന്നു. സിഗാർസിഗററു, ചുരുട്ട, ബീഡിമുതലായവ ഓരോതരം വിഷമുള്ള ചെടികളുടെ ഇലകളോ പൂവുകളോ ആണ്. വിഷശക്തിയുള്ള അരുളി, ഉമ്മം മുതലായവയുടെ, ഏതാണ്ട് സമാനഗുണങ്ങളും ഇതിനുണ്ട്. ഉമ്മം മുതലായവ ചില ഘട്ടങ്ങളിൽ ഔഷധാർത്ഥേന മനുഷ്യർ ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. സിഗാർസിഗററ് മുതലായവയ്ക്കു ഔഷധത്വം ഉണ്ടായിരുന്നാൽതന്നെയും അതു മനുഷ്യശരീരത്തിനു യോജ്യമായിട്ടുള്ളതല്ല. നേരെമറിച്ചു ചില വിഷവിശേഷങ്ങൾ അടങ്ങീട്ടുണ്ടെന്നേയുള്ളു. പുകവലിക്കുവാൻ ആദ്യമായി ആരംഭിക്കുന്ന ഒരാൾ ചുമയ്ക്കുന്നു. അയാളുടെ മുഖം വാട്ടുകയും കരുവാളിക്കയും ചെയ്യുന്നു. എന്തെന്നില്ലാത്ത ഒരു ക്ഷീണവും അസ്വാസ്ഥ്യവും തദനന്തരം സംഭവിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഈ മാററങ്ങൾ ഉണ്ടാകുവാൻകാരണം പ്രസ്തുത സാധനങ്ങളിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന വിഷം ശരീരത്തിൽ വ്യാപിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ്. ധൂമപാനം മനുഷ്യരുടെ സ്വാഭാവികമായ വളർച്ചയേയും ആരോഗ്യത്തേയും തടയുന്നു. മനുഷ്യരുടെ ഒരു പ്രധാനാവയവം ഹൃദയമാണല്ലൊ. ഈ ഹൃദയത്തിന്റെ ശക്ത്യശക്തികൾ അനുസരിച്ചാണ് സ്വാസ്ഥ്യാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. സാധാരണ ഒരു സ്വസ്ഥനായ മനുഷ്യന്റെ ഹൃദയം മിനിട്ടിൽ എഴുപത്തിഅഞ്ചു പ്രാവശ്യം (അടിക്കുന്നു) ചലിക്കുന്നു. സ്വസ്ഥലക്ഷണദ്യോതകമായ ഈ ഹൃദയചലനക്കണക്ക ധൂമപാനംചെയ്താൽ വർദ്ധിച്ചു നൂററിപ്പത്തിമൂന്നുവരെ എത്തും. ധൂമപാനവിഷം ആദ്യമായി ഹൃദയത്തെയാണ ബാധിക്കുന്നത്. ഇവിടെനിന്നും ആണ് ശരീരത്തിൽ എല്ലായിടത്തും രക്തം അയക്കുകയും ആ രക്തം അശുദ്ധമായാൽ തിരിയെ എടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്. ഇപ്രകാരം ഒരു വലിയകർമ്മം നിർവ്വഹിക്കുന്ന ഹൃദയത്തിന്റെ ഈ ശീഘ്രചലനം കൂടിക്കൂടി ഒടുവിൽ കറുത്തു് രക്തം പുറത്തേക്കു പോകാതെയും പോയതിനെ വലിച്ചെടുക്കാതെയും വരുന്നു. തന്മൂലം പല ഭയങ്കരരോഗങ്ങളും സം

ഭവിക്കുന്നതു് അസാധാരണമല്ല. ഹൃദയത്തിനു ശുദ്ധമായ വായു കൊടുത്തു, ഹൃദയപ്രവൃത്തിയെ ശരിയാക്കുന്നതിനു സഹായിക്കുന്നതു ശ്വാസകോശങ്ങളാകുന്നു. ഈ ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ ധൂമവിഷം ബാധിച്ചു് അതിന്റെ(ശ്വാസാശയങ്ങൾ) സ്നിഗ്ദ്ധതയേയും സ്വാഭാവികതയേയും നശിപ്പിച്ചു് രൂക്ഷതയും അവയവലഘുത്വതയും ഉണ്ടാക്കുന്നു. അശുദ്ധവായുവിന്റെ സമ്പർക്കവും, പ്രസ്തുത വ്യത്യാസവും നേരിടുന്നതുകൊണ്ടു് ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ അവിടവിടെയായി "കഫൊൾക്കടം ഉണ്ടായി ഘുരഘുര" എന്നുള്ള ശ്വാസം സംഭവിക്കുന്നു. ഇപ്രകാരം കഫം ഇളകിക്കിടക്കുമ്പോൾ വീണ്ടുമുള്ള ധൂമപാനം ചുമയെ ഉണ്ടാക്കുന്നു. കുറേക്കാലം ഈവിധത്തിൽ ആകുമ്പോൾ ചുമ തലവേദന, പീനസം, നെഞ്ചുരനാമ്പരം മുതലായവ പിടിപെടുന്നു. അപ്പോൾ വൈദ്യസമക്ഷത്തു് ഹാജർകൊടുക്കും. വൈദ്യവിധി, ക്ഷയമെന്നായിരിക്കും. ഇതുകേട്ടാൽ ക്ഷമ ആർക്കും ഉണ്ടായിരിക്കയില്ലല്ലോ. ചികിത്സയും തുടങ്ങി. ചികിത്സയുടെ വൈപരീത്യം കൊണ്ടോ അഥവാ രോഗത്തിന്റെ ഗുരുത്വംകൊണ്ടോ ചിലപ്പോൾ കാലപുരിതന്നെ പൂകി എന്നുവരാം. ഇതിനുണ്ടായിരുന്ന കാരണം പുകവലിയാണെന്നോർമ്മിക്കണം. അപ്പോഴാണു് പുകവലിയുടെ രസം അനുഭവപ്പെടുന്നതു്. നിയമേനയുള്ള ധൂമപാനം കോഷ്ഠത്തെ വളരെ രൂക്ഷമാക്കുന്നു. രൂക്ഷതാനന്തരം കുടലിന്റെ കീഴ്വശത്തെ ഭിത്തിയിൽ രക്തസഞ്ചാരവും കുറയുന്നു. തന്മൂലം അർശസ്സ് ഉദാവർത്തം കോഷ്ഠാശ്രയവായു, മുതലായ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നു. ധൂമപാനം സ്നായുസഞ്ചയങ്ങളേയും ദുർബ്ബലങ്ങളാക്കുന്നുണ്ടു്. പുകവിഷം സ്നായുക്കളെസംബന്ധിച്ചു് അവയുടെ സ്വാഭാവികമായ ചൈതന്യശക്തിയെ കുറച്ചുകളയുന്നതുനിമിത്തം പുകവലിക്കുന്നവനു് ആലോചിപ്പാനോ ധരിച്ചതിനെ മറക്കാതിരിപ്പാനോ കഴിയുന്നില്ല. ധാതുനഷ്ടംപറ്റിയ പുരുഷനെപ്പോലെ, മന്ദിയായും നിരുത്സാഹിയായും വിചാരധാരാപരവശനായും ഇരിക്കും. ഇതു വളരെ ധൂമപാനംചെയ്ത ഒരുത്തനുള്ള ലക്ഷണങ്ങളാണു്. പുകവലി നേത്രേന്ദ്രിയങ്ങൾക്കും അനല്പങ്ങളായ ആപത്തുകളെ വരുത്തുന്നു. കാഴ്ചയെ ശരിപ്പെടുത്തുക മുതലായ കർമ്മങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിനു് ദൃക്സ്ഥമായിരിക്കുന്ന "ആലോചക"പിത്തത്തെ പുകവിഷം ദുഷിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് അന്ധതയും മറ്റു നേത്രരോഗങ്ങളും സംഭവിക്കുന്നതു് അസാധാരണമല്ല. ഇതുകൊണ്ടുതന്നെയായിരിക്കണം ഒരിക്കൽ ഒരു സുപ്രസിദ്ധനായ ഡാക്ടർ ൩൧ തിമിരരോഗികളെ പരിശോധിച്ചുനോക്കിയപ്പോൾ അവരിൽ ൨൩ പേർക്കും ആ രോഗം സംഭവിക്കുവാൻ പുകവലിയാണു് കാരണമെന്നുകണ്ടതു്.

ഒരു മനുഷ്യന്റെ ദേഹത്തിലുള്ള രക്തത്തിന്റെ അഞ്ചിൽ ഒരുഭാഗം തലച്ചോറിന്റെ വ്യാപാരങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമുണ്ട്. ഈ കണക്കനുസരിച്ചുള്ള രക്തം ശരിയായി തലച്ചോറിനു ലഭിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണമെങ്കിൽ ശരീരത്തിൽ നിശ്ചിതമായ രക്തം ഉണ്ടായിരിക്കണം കുറഞ്ഞുപോയാൽ തലച്ചോറിന്റെ പ്രവൃത്തിയും കുറഞ്ഞുപോകും. ഒരു ഗ്രെയിൻ പുകയിലവിഷം എടുത്തു, അതിന്റെ ൧൦-ൽ ഒരു ഭാഗം ഒരു തവളയ്ക്കുകൊടുത്താൽ അതു ഏതാനും മാത്രകൾക്കുള്ളിൽ കാലന്റെ കോലായിൽ എത്തുന്നതാണെന്നു ഒരു ഡാക്ടർ പരീക്ഷിച്ചറിഞ്ഞിട്ടുണ്ടത്രെ. അതുമാത്രമല്ല, ഒരു ചുരുട്ട രണ്ടായി ഭാഗിച്ചു അതിൽ നിന്നു ഒരുഭാഗം പൂർണ്ണബലമുള്ള ഒരു മനുഷ്യൻ ഉപയോഗിച്ചാൽ (ഭക്ഷിപ്പാൻ) അയാളും മരിച്ചുപോകുന്നതാണെന്നാത്രെ ഒരു ഡാക്ടറുടെ അഭിപ്രായം ഇപ്രകാരം മരണത്തിനുപോലും കാരണമാകുന്ന ധൂമപാനത്തിന്റെ ഉയർന്നപടി മദ്യപാനമാണ്. പുകവലിച്ചു കുറെകഴിയുമ്പോൾ തൊണ്ടയ്ക്കു ഒരു പൊരിച്ചിലോ വരൾച്ചയോ തുടങ്ങും. ഈ പതനത്തിൽ തൊണ്ടനനച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണമെന്നുതോന്നും ഇതിനുപച്ചവെള്ളം കുടിച്ചാൽ തൃപ്തിയാകയില്ല. അപ്പോൾ വീര്യമുള്ള എന്തെങ്കിലും പാനീയങ്ങൾ (ചാരായം) മുതലായവ കുടിക്കുവാൻ തുടങ്ങും. അപ്പോൾ ധൂമപാനി ഒരു മദ്യപാനിയും കൂടി ആയെന്നുപറഞ്ഞാൽ കഴിഞ്ഞല്ലോ. പുകവിഷം ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരുത്തന് എത്രതന്നെ വീര്യമുള്ള മരുന്നുകൊടുത്താലും അവ ഫലിക്കുന്നില്ല.

ഇനിയും വളരെ ദോഷങ്ങൾ ശ്രുതിയുക്ത്യനുഭവസാരേണ ധൂമപാനത്തിനു കല്പിക്കുവാൻ കഴിയും. എന്നാൽ ലേഖനദൈർഘ്യതയെ ഭയന്നു അതിനൊരുങ്ങുന്നില്ല. മനുഷ്യശരീരത്തിനു നിരവധി ദോഷങ്ങളെ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്ന ഈ പുകവലിയെ ആരോഗ്യവും ബലവും വേണമെന്നു വിചാരിക്കുന്നവർ വർജ്ജിക്കണം. കുഞ്ഞുങ്ങളെ വിശേഷിച്ചും ഈ സംഗതിയിൽ നിന്നു നിവർത്തിപ്പിക്കുവാൻ രക്ഷാകർത്താക്കൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. ഈ വിഷയത്തിൽ (കുട്ടികളുടെ പുകവലി) നിയന്ത്രിക്കുവാൻ തിരുവിതാംകൂർ ഗവർമ്മെന്റു നിയമസഭയിൽ ഒരു ബിൽ വരുന്നതായി കേട്ടിരുന്നു. എന്നാൽ അതു ഇതുവരെ വെളിക്കുവരുന്നതായറിയുന്നില്ല. അത്യാവശ്യമുള്ള ഈവക കാര്യങ്ങളിൽ ഗവർമ്മെന്റു പ്രദർശിപ്പിച്ചുവരുന്ന ഔദാസീന്യത ഈ വിഷയത്തിലും കാണിക്കുന്നതു അത്ഭുതമല്ല.

ആരോഗ്യകൽപദ്രുമം.

[കെ. മാധവൻനായർ ബി. എ]

ലൂയിക്കൂനെ എന്ന ജൎമ്മൻ പണ്ഡിതൻ സകലരോഗങ്ങൾക്കും ദേഹത്തിലുണ്ടായിത്തീൎന്നിട്ടുള്ള ദുൎമ്മേദസ്സാണുകാരണമെന്നു് ആദ്യമായി കണ്ടുപിടിക്കുകയും എല്ലാ രോഗങ്ങൾക്കും പററുന്നതായ ചില ചികിത്സാക്രമങ്ങൾ നിയമിക്കുകയും ചെയ്തതിനുശേഷം ഈ നൂതനപന്ഥാവിലേക്കു പലേ മഹാശയന്മാരും പ്രവേശിക്കുകയും ലൂയിക്കൂനെ ഉപദേശിച്ചതായ സ്നാനവിധികളിൽ ചിലതിന്റെ ശരിയായ തത്വാൎത്ഥങ്ങൾക്കു മനസ്സിലാകാതിരുന്നതിനാൽ സ്വന്തമായി ആലോചിക്കുവാനും പ്രതീക്ഷിക്കുവാനും തുടങ്ങുകയും അതിന്റെ ഫലമായി അനവധി അഭിപ്രായവ്യത്യാസങ്ങൾ നൂതനചികിത്സാക്രമത്തിൽ വന്നുചേരുകയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. ആവക അഭിപ്രായവ്യത്യാസങ്ങളെ എല്ലാം എടുത്തുപറയുവാനോ വിമൎശിക്കാനോ ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ ഏകദേശം ലൂയിക്കൂനെ എന്ന മഹാനെപ്പോലെതന്നെ പ്രസിദ്ധിസിദ്ധിച്ച അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഒരനുഗാമിയായ ആഡോൾഫ് ഝസ്റ്റ് എന്ന ആളെക്കുറിച്ചു ചിലവിവരങ്ങൾ ആരോഗ്യകല്പദ്രുമം വായിച്ചവരുടെ അറിവിലേക്കായി എഴുതുന്നതു് അത്യാവശ്യമായിരിക്കും:

അഡോൾഫ് ഝസ്റ്റിന്റെ സിദ്ധാന്തം ലൂയിക്കൂനയുടേതുപോലെതന്നെ രോഗങ്ങൾക്കു എല്ലാററിനും ദുൎമ്മേദസ്സ് എന്ന ഏകകാരണം മാത്രമാണെന്നാണു്. എന്നാൽ ചികിത്സാക്രമത്തിലും ഭക്ഷണത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥയിലും ഇവർതമ്മിൽ വളരെ അന്തരമുണ്ടു്. ആഡോൾഫ് ഝസ്റ്റ് മനുഷ്യരോടുപദേശിക്കുന്നതു് ആദ്യമനുഷ്യരെപ്പോലെ തന്നെ പ്രാകൃതന്മാരായി തീരുവാനാണു അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ മനുഷ്യരുടെ രോഗങ്ങളെന്നു വേണ്ടാ സകല പാപങ്ങളും കൂടി പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായ് ഭക്ഷണംകൊണ്ടുണ്ടായതാണെന്നു കൃസ്തുവേദപുസ്തകങ്ങളിലെ പലേ ഭാഗങ്ങളും ഉദ്ധരിച്ചു് ഈ അഭിപ്രായത്തെ സ്ഥാപിപ്പാൻ അഡോൾഫ് ഝസ്റ്റ് ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷെ അതു് എത്രത്തോളം സഫലമായിട്ടുണ്ടെന്നു അദ്ദേഹം എഴുതിയ പുസ്തകം വായിക്കാൻ ഇടവന്നിട്ടുള്ളവർതന്നെ തീൎച്ചയാക്കേണ്ടതായിട്ടുള്ളതാകുന്നു.

അഡോൾഫ് ഝസ്റ്റിന്റെ ഭക്ഷണക്രമത്തെക്കുറിച്ചു ആദ്യമായി വിവരിക്കാം. ഭൂമിയിൽ മനുഷ്യപ്രയത്നം കൂടാതെ പ്രകൃത്യാ ഉ

ണ്ടായിരിക്കുന്നതായ ഫലമൂലങ്ങൾ മാത്രമെ മനുഷ്യർ ഭക്ഷിക്കാവു. എന്നാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ സിദ്ധാന്തം. വേവിച്ചതു യാതൊന്നും വയ്യ. അങ്ങിനെയായാൽ നാം കണ്ടും ഉപയോഗിച്ചും വരുന്ന ഫലങ്ങളിൽ ഒന്നുംതന്നെ മനുഷ്യപ്രയത്നംതീരെഇല്ലാതെ ഉണ്ടാവുന്നവയല്ലാത്തതുകൊണ്ടു അവയൊന്നും നമുക്കു ഭക്ഷിക്കാൻ വയ്യാത്തവയായിത്തീരുന്നു. അതുപോലെഅരിയൊ പയറൊപച്ചരിയോ മനുഷ്യപ്രയത്നംകൊണ്ടുണ്ടാവുന്നവയായതുകൊണ്ടു അതും ഭക്ഷിക്കാൻ വയ്യാത്തവതന്നെ. ഇങ്ങനെ നോക്കിയാൽ മനുഷ്യർക്കു ഭക്ഷിക്കാൻ സാധനങ്ങൾ കുറഞ്ഞുവരുമെന്നു പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. ലൂയിക്കുനെ അനുവദിച്ചിട്ടുള്ള ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളവയാണെന്നു ശഠിക്കുന്നവർ അഡോൾഫ് ഝസ്റ്റ് സമ്മതിക്കുന്ന ഭക്ഷണസാധനങ്ങളെക്കുറിച്ചു എന്തുപറയുമെന്നറിഞ്ഞില്ല.

സ്നാനവിധികളിലും അഡോൾഫ് ഝസ്റ്റ് പുതിയ ചിലമാറ്റങ്ങൾ കണ്ടുപിടിച്ചിരിക്കുന്നു. ലൂയിക്കുനെ വിവരിക്കുന്നതായ സേച്യസ്നാനം പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായതുകൊണ്ടു അതു തീരെ പാടില്ലാത്തതാണെന്നാണ് അഡോൾഫ് ത്സസ്റ്റിന്റെ വാദം. ഇക്കാര്യത്തിൽ ലൂയിക്കുനെ അഭിപ്രായപ്പെട്ടതിനോടു യോജിക്കാനാണ് അധികം മാർഗ്ഗം കാണുന്നതു്. പ്രകൃതിയിൽനിന്നു വ്യത്യാസപ്പെട്ട രീതിയിൽ ജീവിച്ചുവന്നതുകൊണ്ടാണ് രോഗത്തിനിടവന്നിട്ടുള്ളതെങ്കിൽ ആ രോഗശമനത്തിനു പ്രകൃതിയിൽ കാണുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങൾ മാത്രമെ പാടുള്ളു, എന്നു പറയുന്നതുശരിയാണെന്നു തോന്നുന്നില്ല. ഏതായാലുംസേച്യസ്നാനംകൊണ്ടു പലപ്രയാസപ്പെട്ട രോഗങ്ങളാലും വിശേഷവിധിഫലം കണ്ടിട്ടുണ്ടെന്നും ചിലരോഗങ്ങളിൽ ഇത്ര പൊടുന്നനെഗുണം സിദ്ധിക്കുന്നതിനു വേറെ മാർഗ്ഗമില്ലെന്നും അനുഭവംകൊണ്ടു് എനിക്കു സധൈര്യംപറയാം.

ലൂയിക്കുനെ വിവരിച്ചിട്ടുള്ള ഉദരസ്നാനവും രണ്ടുംകൂടി യോജിപ്പിച്ചു അഡോൾഫ് ഝസ്റ്റ് "പ്രകൃത്യാസ്നാനം" എന്ന ഒരുവിധം സ്നാനമാണു വേണ്ടതെന്നു പറയുന്നു. അതു അദ്ദേഹം മൃഗങ്ങളെയും മററും സൂക്ഷിച്ചുനോക്കി അവയുടെ സമ്പ്രദായത്തിൽനിന്നു ഗ്രഹിച്ചതാണെന്നും പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു.

പ്രാകൃതസ്നാനത്തിന്റെ സമ്പ്രദായം താഴെ വിവരിക്കുന്നതാകുന്നു.

ഒരു തൊട്ടിയിൽ മരത്തൊട്ടി ആയാൽ അധികം നന്നു്. മൂന്നര ഇഞ്ചുവെള്ളം നിറച്ചു അതിൽ രണ്ടുകാലും ആസനവും ഉറപ്പിച്ചിരുന്നാശേഷം കാലുകൾ വിടത്തി രണ്ടുകൈകൊണ്ടും വെള്ളം വയററത്തു എറിഞ്ഞു ഉഴിയുക ഇങ്ങിനെ പത്തുമിനിട്ടോളം ഉഴിഞ്ഞു

ശേഷം വെള്ളത്തിൽ മുങ്ങികിടക്കുന്ന ഗുഹ്യപ്രദേശത്തിനുള്ള അവയവയങ്ങളെയും നല്ലവണ്ണം തിരുമ്മി ഉഴിയുക. കാലിന്റെ രണ്ടു "കൊറു"വും തുടകൾ രണ്ടുംകൂടിച്ചേരുന്ന സ്ഥലം ഗുദദ്വാരത്തിന്റെയും അണ്ഡത്തിന്റെയും മദ്ധ്യത്തിലുള്ള പ്രദേശവും നന്നായി ഉഴിയേണം. ഊരുവും ഗുദവും അതുപോലെതന്നെ നല്ലവണ്ണം ഉഴിയേണം വയറു ഉഴിയുവാനെടുത്തസമയംതന്നെ ഈപറഞ്ഞ അവയവങ്ങൾ ഉഴിയുവാനും എടുക്കണം. സ്ത്രീകളാണെങ്കിൽ യോനിദ്വാരത്തിന്റെ ചുററും അടിവയററിലും ഉഴിയുകയുംവേണം.

ഉദരസ്നാനത്തിൽനിന്നും ജലസ്പർശസ്നാനത്തിൽ നിന്നും ഇതു വ്യത്യാസപ്പെടുന്നതു ഒന്നാമതായി കാലടി വെള്ളത്തിൽ നനയ്ക്കണമെന്നുള്ളതുകൊണ്ടാണ്. രണ്ടാമതായി മർദ്ദിക്കുന്നതിനു അന്യവസ്തുക്കളൊന്നും വേണ്ടാത്തതുതന്നെ. ലൂയിക്കുനെ വിവരിച്ച സ്നാനങ്ങളേക്കാൾ വളരെ എളുപ്പമുള്ളതാണെന്നു ധരിച്ചവരായ മിക്കവരും പ്രാകൃതസ്നാനം പരിശീലിച്ചവരുണ്ട്. ഈ സ്നാനത്തിനു ഇനി ഒരു വിശേഷവിധിയുള്ളതു ഉദരവും ഗുഹ്യപ്രദേശങ്ങളും ഉഴിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞാൽപിന്നെ ആവെള്ളംകൊണ്ടുതന്നെ ദേഹം മുഴുവനും തലയും തേച്ചുകഴുകണമെന്നുള്ളതും അങ്ങിനെയുള്ള "കാക്കക്കുളി" കഴിഞ്ഞാൽ തലയോ ദേഹമൊ സാധാരണ ചെയ്യാറുള്ളതുപോലെ തോർത്തുമുണ്ടുകൊണ്ടു തോർത്താതെ കൈകൊണ്ടുമാത്രം വെള്ളം വടിച്ചുകളഞ്ഞ് തിരുമ്മി ഉണക്കേണ്ടതാണെന്നാണ്. വെള്ളം വേഗത്തിൽ വററിപ്പോകാനും ശരീരത്തിൽ ചൂടുപിടിക്കാനും എളുപ്പവിദ്യ വെയിലത്തു നില്ക്കുകയാണെന്നും പറയുന്നുണ്ട്.

ഉദരസ്നാനത്തിനുപകരം കുറേദിവസം ഞാൻ മേൽപറഞ്ഞവിധം പ്രാകൃതസ്നാനം ശീലിച്ചതിൽ എനിക്കു വലിയ വ്യത്യാസമോ വിരോധമോ തോന്നിയില്ല. നൂതന ചികിത്സാക്രമം ആചരിക്കുന്ന വല്ലവർക്കും പ്രാകൃതസ്നാനവും പരീക്ഷിച്ചു നോക്കണമെങ്കിൽ വിരോധമില്ലന്നാണ് എന്റെ പക്ഷം.

അഡോൾഫ്ജസ്റ്റ്പിന്നെ പ്രത്യേകമായിവിവരിക്കുന്ന ഒരു കാര്യം മണ്ണുകൊണ്ടുള്ള ചികിത്സയാണ്. ലൂയിക്കുനെ മണ്ണുകൊണ്ടു രോഗനിവാരണത്തിന്നായി പലെ നിലയിലും പ്രയോഗിക്കാമെന്നു പറഞ്ഞിട്ടുള്ളതു അഡോൾഫ്ജസ്റ്റ് കുറേക്കൂടി വിസ്തരിച്ചിരിക്കുന്നു രോഗനിവാരണത്തിനു മണ്ണിൽ കിടക്കുന്നതും ദീനമുള്ള ഭാഗങ്ങളിലൊ അവയവങ്ങളിലൊ മണ്ണു വച്ചുകെട്ടുന്നതും വളരെ നല്ലതാണെന്നു അദ്ദേഹം ഉറപ്പായി പറയുന്നു. വ്രണം, മുറി, കുരു ഇവകൾക്കു നല്ലവണ്ണം വെള്ളംചേർത്തുകുഴച്ച കണ്ണുവച്ചുകെട്ടുന്നതു വലിയ ഗുണംചെയ്യുന്നതിനു പുറമെ പാമ്പു കടിക്കുകയോ തേളുകുത്തു

കയോ ചെയ്താൽ പരുക്കേററ അവയവം മണ്ണിൽ കുഴിച്ചുമൂടി രണ്ടോ മൂന്നോ മണിക്കൂറോ അതിലധികമോ വയ്ക്കുന്നതുകൊണ്ടു ആശ്വാസം കിട്ടുന്നതാണെന്നും ഇദ്ദേഹം വാദിക്കുന്നു. ഏതായാലും മണ്ണുകൊണ്ടുള്ള പ്രയോഗം മനുഷ്യർ രോഗനിവാരണത്തിനായി പരീക്ഷിക്കേണ്ടതാണെന്നു തീർച്ചതന്നെ.

ഏതു രോഗത്തിലും മണ്ണുകൊണ്ടു് തഴികിയിടാവുന്നതാണു്. അതു് എങ്ങിനെയാണു് ചെയ്യേണ്ടതെന്നു് താഴെ വിവരിക്കാം. തൊടിയിൽനിന്നു് മണ്ണു കിളച്ചെടുത്തു പുല്ലും കല്ലും പെറുക്കി തണുത്ത പച്ച വെള്ളവും കൂട്ടിക്കുഴച്ചു് ഒലിച്ചുപോകാൻ തക്കവണ്ണം വെള്ളം അധികരിക്കാതെ ഒരടി സമചതുരത്തിലുള്ള ഒരു തുണിക്കഷണത്തിൽ പരത്തി മണ്ണു ദേഹത്തിൽ പതിയത്തക്കവണ്ണം നാഭിപ്രദേശത്തു പതിച്ചുവെക്കുക. അടിവയറുമുഴുവനും ഈ തഴികകൊണ്ടു് മൂടിക്കളയണം. ഈരണ്ടുമണിക്കൂർ കൂടുമ്പോൾ ഇതുമാറി വേറെ ഇപ്രകാരം തന്നെയുള്ള തഴികളിടുകയും വേണം. ഈ വിദ്യ ഏതുരോഗത്തിനും ഉപയോഗപ്രദമായിരിക്കുന്നതാണു്. പ്രത്യേകരോഗങ്ങൾക്കു പ്രത്യേകഭാഗങ്ങളിൽമാത്രം തഴികയിടേണ്ടതായിരിക്കും. വ്രണങ്ങൾക്കും മുറികൾക്കുംമററും മണ്ണുതട്ടുന്നതു നന്നല്ല എന്നു വിചാരിക്കരുതു്. നേരെമറിച്ചു് മണ്ണുതട്ടുന്നതുകൊണ്ടു ഫലം വളരെ വേഗത്തിൽ സിദ്ധിക്കുന്നതായിരിക്കും. മി. വാ.

(തുടരും)

ചെറുനാരങ്ങാ.

ഇലുമച്ചനാരങ്ങാ അല്ലെങ്കിൽ ചെറുനാരങ്ങാ, ഇതിന്റെ സ്വർണ്ണനിറം, മിതമായ സുഗന്ധം, ആസ്വാദ്യകരമായ പുളിരസം എന്നിവനിമിത്തം ആകർഷണീയവും രുചികരവുമായ ഒരു ഫലമാകുന്നു. ഇന്ത്യാക്കാരായ നാം അതിനെ പ്രത്യേകം കൊണ്ടാടുന്നുണ്ടു്. വിവാഹാദി മംഗളാവസരങ്ങളിൽ പുഷ്പങ്ങളെ കൊണ്ടെന്നപോലെ തന്നെ അതുകൊണ്ടു നാം അതിഥികളെ സല്ക്കരിക്കുന്നു. നിത്യോപയുക്തങ്ങളായ ഉപദംശങ്ങളുടെ ഇടയിൽ അതിനു ഒരു മാന്യസ്ഥാനം നാം നൽകിയിട്ടുണ്ടു്. ഇതിനും പുറമെ, വേനൽക്കാലത്തു് ഉഷ്ണശമനത്തിനായി "ബോഞ്ചി" എന്ന പാനീയം ഉണ്ടാക്കുന്നതിൽ ചെറുനാരങ്ങാ ഉപയോഗിക്കുന്നു. കരിക്കുവെള്ളത്തിൽ ഇലു

മച്ച നാരങ്ങാച്ചാറും പഞ്ചസാരയുംചേൎത്തു സേവിക്കാറുണ്ടു്. വിദേശങ്ങളിൽനിന്നും ചെയ്തുവരുന്ന ഒരുതരം "ലാസംഞ്ജസ്", കളിൽ ഇതിന്റെ ചാറു ചേൎക്കാറുണ്ടു്. ശരീരത്തിൽ പരുക്കുകൾ ഏറ്റു് രക്തം പ്രവഹിക്കുമ്പോൾ "ജംബൂഫലരസത്തിൽ (നാരങ്ങാനീരിൽ) ശുദ്ധമായ തുണി നനച്ചു് മുറിവിൽവച്ചുകെട്ടിയാൽ രക്തച്ചാട്ടം നില്ക്കും. ഈ രസം ജലത്തോടുചേൎത്തു പല്ലുതേക്കുമ്പോൾ ഉപയോഗിച്ചാൽ ദുൎഗ്ഗന്ധംപോകയും ദന്തങ്ങളുടെ ഊനിനു ബലംഉണ്ടാകയും ചെയ്യും. സ്നാനംചെയ്യുന്ന വെള്ളത്തിൽ ഇതിന്റെ തുള്ളികൾ ചേൎത്താൽ ത്വക്കിനു മാൎദ്ദവം ഉണ്ടാകുന്നു: മഷിക്കറ പഴക്കറ, ഇരുമ്പുകറ, തൊണ്ടുകറ ആദിയായ കറകൾ കളയുവാൻ ഉപ്പും ഇലുമച്ചനാരങ്ങയും ചേൎത്തു തേച്ചാൽമതിയാകും. നാരങ്ങാത്തൊട്ടും ഉപ്പുംചേൎത്തു പാത്രംമഴക്കി ശുദ്ധിചെയ്യുന്നതിനും ഉപയോഗിക്കാം. അരി തിളയ്ക്കുമ്പോൾ ഈ രസം അല്പം ചേൎത്താൽ ചോറു വെളുപ്പായും രുചിയായും ഇരിക്കും. ഏതെങ്കിലും ചെറുജന്തുക്കൾ (കടന്നൽ തേളു മുതലായവ) കടിച്ചു വേദനയെടുക്കുമ്പോൾ നാരങ്ങാച്ചാറു കടിവായിൽ തേച്ചാൽ വേദന ശമിക്കും. അതിനെ ജലത്തിൽചേൎത്തു കുടിച്ചാൽ പിത്തശമനമുണ്ടാകും.(ഫ) ആ രസവും ശൎക്കരയുംചേൎത്തു സേവിച്ചാൽ കഫശമനവും വിരേചനവും ഉണ്ടാകും. മസൂരിപ്പനിക്കും ഇവ രണ്ടും ചേൎത്തു കുടിക്കാറുണ്ടു്. വിഷൂചികാരോഗിക്കു് ദാഹശമനത്തിന്നു് വെള്ളത്തിൽ നാരങ്ങാരസംചേ വൈദ്യന്മാർ കൊടുക്കുന്നു നരമ്പിന്റെ ബലഹീനതയാൽ ഉണ്ടാകുന്ന തലവേദനക്കു് ചൂടുള്ള തേയിലക്കഷായത്തിൽ രണ്ടു ചെറുനാരങ്ങാക്കഷണം ഇട്ടു് കുടിച്ചാൽ വേദന നില്ക്കും. കൊത്തമല്ലി അരച്ചു് കലക്കിയവെള്ളത്തിൽ ചെറുനാരങ്ങാച്ചാറുചേൎത്തു പഞ്ചസാരയിട്ടു രാവിലെ സേവിച്ചാൽ ഉദരരോഗവും അജീൎണ്ണവും ശമിക്കും. ഉണങ്ങിയ നാരങ്ങാത്തൊലിനെ തീ കത്തിച്ചു് പുകച്ചാൽ മുറികളിലുള്ള ദുൎഗ്ഗന്ധം മാറും. ഇങ്ങനെ വിവിധോപയോഗമുള്ള ചെറുനാരങ്ങയെ നാം കേവലം ഉപ്പിലിടുന്നതിനുമാത്രം കൊള്ളാമെന്നവിചാരിച്ചു് അതിനെ സവിശേഷം കൃഷിചെയ്യാതിരിക്കുന്നതു് ശരിയല്ല. ചെറുനാരങ്ങാസത്തു് നമ്മുടെ കടകളിൽ വില്ക്കാവുന്ന കാലം എപ്പോഴുണ്ടാകുമോ എന്നറിയുന്നില്ല. നാം ഇലുമച്ചകൃഷി പ്രത്യേകം ചെയ്യുന്നതായാൽ കഴിയുന്ന വേഗത്തിൽ ആ കാലം ആഗതമാകും.

ഫ. പിത്തപ്രധാനമായ പല രോഗങ്ങൾക്കും ഉതകുന്നതാം. രക്തഹീനതാനിമിത്തം ഉണ്ടാകുന്ന വികാരങ്ങൾക്കും വിശേഷമാണു്. സു. പ.

വിഷവൈദ്യം.

ഏ. അബ്ദുൽറഹ്മാൻകുട്ടിവൈദ്യൻ.

രോഗങ്ങളെ നിജമെന്നും ആഗന്തുകമെന്നും രണ്ടുതരത്തിൽ ആചാൎയ്യന്മാർ നിർദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നു. ഇതിൽ ആഗന്തുകം ആദ്യം ത്രിദോഷങ്ങളുടെ കോപമോ സംബന്ധമോ കൂടാതെ വെളിയിൽനിന്നും സംഭവിക്കുന്നതും നിജം ദോഷകോപം കൊണ്ടുണ്ടാകുന്നതും ആണ്. ആഗന്തുകരോഗങ്ങളുടെ വകുപ്പിൽ വിഷരോഗത്തെക്കൂട്ടാം. മനുഷ്യരുടെ ചുററുംവിഷജന്തുക്കൾ സഞ്ചരിക്കുന്നു. അനേകം വിഷജന്തുക്കൾ ഓരോരുത്തരുടേയും വീടുകളിൽ താമസിക്കുന്നു. ഇത്രയൊക്കെ മനുഷ്യരുമായി നിത്യസംബന്ധമുള്ള വിഷജന്തുക്കളിൽനിന്ന് നിത്യവും മനുഷ്യൎക്ക് ആപത്തുകൾ സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ആഹാരവിഹാരങ്ങളുടെ ഉപയോഗവിശേഷം അനുസരിച്ചാണ് മനുഷ്യൎക്ക് രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. ഇപ്രകാരമുള്ള രോഗങ്ങൾ കാലാന്തരത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്നവയും ഏറെക്കുറെ സമാധാനം ഉള്ളവയും ആകുന്നു. അതുപോലെയുള്ള നല്ലവിഷബാധയിൽനിന്നും ഉണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾ വിഷം ബാധിച്ചനിമിഷംതൊട്ടു രോഗവും ബാധിക്കുന്നു. വിഷശക്തിയനുസരിച്ചു മരണവും ഉടനുണ്ടാകുന്നു. ഇതുകൊണ്ടു മററുരോഗങ്ങളിൽവച്ച് വിഷരോഗങ്ങൾക്കും വിഷചികിത്സയ്ക്കുംആണ് പ്രാധാന്യം. ഈ പ്രാധാന്യത അനുസ്മരിച്ച് വിഷരോഗത്തെ കുറഞ്ഞൊന്നു വിവരിക്കാം.

ദൂതലക്ഷണം.

ആയുൎവ്വേദഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ദൂതന്റെ ലക്ഷണവും [illegible]രവുംനോക്കി രോഗങ്ങളുടെ സാദ്ധ്യാസാദ്ധ്യവിവേചനവും രോഗനിൎണ്ണയവും ചെയ്തുവരുന്നു. വിഷവൈദ്യത്തിന്റെ ഒരു പ്രധാനഅംഗമായി ദൂതനെ കരുതിവരുന്നുണ്ട്. ദൂതന്റെ ആകൃതിയും പ്രകൃതിയുംചോക്ഷംവരവും നില്പാവാക്കൾ പോലെയാണ വിഷരോഗിയുടെ രോഗസ്ഥിതി എന്നുവിഷവൈദ്യശാസ്ത്രം സിദ്ധാന്തിച്ചിരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു ദൂതലക്ഷണത്തെപ്പററിത്തന്നെ ഒന്നാമതായിപ്പറയാം. ദൂതന്റെ വസ്ത്രം ജീൎണ്ണമോ മലിനമോ ഒററയോ ആയിരിക്കുന്നതും കഴുത ഒട്ടകം പോത്തു ഈ ജന്തുക്കളെ വാഹനമാക്കി വൈദ്യനെക്കാണുവാൻവരുന്നതും, സ്ത്രീരോഗി കഠിനകൎമ്മി അമംഗളദ്യോതകമായ

പേരുള്ളവർ ഇവർ ദൂതന്മാരായി വരുന്നതു ശുഭമല്ല. ദൂതൻ ഭയന്നു ഓടിയും അമംഗലവാക്കുകൾ ഉച്ചരിച്ചും ദീനവിവരം ദൂരെനിന്നു വിളിച്ചുപറഞ്ഞും വല്ലസാധനങ്ങളെ ഞെരടിയോ പൊട്ടിച്ചോ കൊണ്ടുള്ള നില്പും ധാരാളം കേശശ്മശ്രുക്കളോടുകൂടിയും വരുന്ന ദൂതൻ നല്ലദൂതൻ അല്ല. ഈ ദൂതൻ ദീനത്തിന്റെ കാഠിന്യത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്നവനാണ്. ദൂതവാചികമായിട്ടും വിഷലക്ഷണം നിർണ്ണയിക്കാം ഈവിഷയത്തിൽ വിഷഹാരികൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്. അക്ഷരങ്ങൾ കൂടീട്ടാണല്ലോ വാക്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു് ദൂതവാക്യങ്ങളുടെ അക്ഷരങ്ങളെ ലക്ഷീകരിക്കണം. അക്ഷരങ്ങൾ സ്വരം വ്യഞ്ജനം എന്നു രണ്ടുപ്രകാരമാണല്ലോ. അ. ഇ. മുതലായവകൾ സ്വരങ്ങളെന്നും ക. ഖ. തുടങ്ങിയവയ്ക്കു വ്യഞ്ജനം എന്നും പേർ. സ്വരങ്ങൾക്കു ജിവൻ ഉയിർ എന്നും വ്യഞ്ജനങ്ങൾക്കു മെയ്യ് എന്നും സംജ്ഞ പറഞ്ഞുവരുന്നു. വ്യഞ്ജനങ്ങളിൽ ക. ഖ. തുടങ്ങിയ ൨൫ അക്ഷരങ്ങളെ സ്ഥാനസാമ്യംനിമിത്തം അയ്യഞ്ചായിക വർഗ്ഗം ചവർഗ്ഗം ടവർഗ്ഗം തവർഗ്ഗം പവർഗ്ഗം എന്നും എല്ലാവർഗ്ഗങ്ങളിലും ആദിയിലുള്ള ക. ച. ട. ത. പ. ഇവക്കു് വായുവും ഖ ഛ ഠ ഥ ഫ ഇവക്കു് അഗ്നിയും ഗ ജ ഡ ദ ബ ഇവക്കു് ഭൂമിയും ഘ ഝ ഢ ധ ഭ ഇവകൾ ജലവും ങ ഞ ണ ന മ ഇവകൾ തേജസ്സും ഒടുവിൽ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളവക്കു് അതായതു് ങ ഞാദികൾ നപുംസകാക്ഷരങ്ങളും ആണു്. ദൂതവാക്യത്തിലെ ആദ്യക്ഷരം സ്വരങ്ങളിൽ ചേർന്നതോ വർഗ്ഗങ്ങളിൽ ജലം ഭൂതമായിട്ടുള്ളതോ ആയിരുന്നാൽ ശുഭവും ഭൂമി ഭൂതമായിവന്നാൽ മദ്ധ്യമവും വായു, അഗ്നി, ഇവ ഭൂതങ്ങളായിട്ടു വന്നാൽ അശുഭവും ആണു്. നപുംസകാക്ഷരങ്ങൾ ഏറ്റവും നിന്ദ്യങ്ങളത്രേ. ദൂതൻ കടിച്ച സർപ്പത്തിന്റെ പേരാണു് മുൻപിൽ പറയുന്നതെങ്കിൽ വിഷമുണ്ടെന്നും അതു സാദ്ധ്യമാണെന്നും നിശ്ചയിക്കാം. വലത്തുഭാഗത്തുനിന്നു് പറഞ്ഞിട്ടു അവിടെനിന്നും മാറിപ്പോയാൽ രോഗി ബോധരഹിതനാണെന്നു നിശ്ചയിക്കണം. ദൂതൻ ആദ്യം പറയുന്ന വാക്കുകളിലുള്ള അക്ഷരസംഖ്യയെ മൂന്നുകൊണ്ടുഹരിച്ചു ശിഷ്ടം ഒന്നാണെവരുന്നതെങ്കിൽ വിഷം വേഗത്തിൽ ഇറങ്ങുമെന്നും ഹരണഫലം നിശ്ശേഷമായിവന്നാൽ വിഷം ഇറക്കുക അസാദ്ധ്യമാണെന്നും വിചാരിക്കാം.

ചികിത്സാസൂക്തികൾ

പടിക്കാരം. ഉണങ്ങിയഅടക്ക. ഇവ ഓരോരുറുപ്പികത്തൂക്കം. വെവ്വേറെപൊടിച്ചു വസ്ത്രശോധനചെയ്തുനിത്യവും പല്ലുതേച്ചു വരുന്നതായാൽ എല്ലാവിധപല്ലുവേദനകളും ശമിക്കുന്നതാണ്.

തേൾ കടിച്ചവിഷത്തിനും, വേദനയ്ക്കും, "പെപ്പർമിൻറ" തൈലം കാടിവായിൽ പുരട്ടുന്നതായാൽ പെട്ടെന്നു വേദനശമിക്കയും വിഷംമാറുകയും ചെയ്യുന്നതാണത്രെ.

മണ്ണെണ്ണയും ഈവിധംചെയ്യുന്നതായാൽ തേൾ കടിച്ച വേദനനീങ്ങുന്നതാണ്.

ഇലയക്കുവളക്കാഗോമൂത്രത്തിൽ അരച്ചു കലക്കി ആട്ടിൻമൂത്രവും പാലും ചേർത്തു തൈലം കാച്ചി ചെവിയിൽ ഒഴിച്ചാൽ ദീർഘകാലമല്ലാത്ത ഏതുബധിരതകളും, മാറുന്നതാണ്.

മായാക്കകഷായത്തിൽ പടിക്കാരം പൊടിച്ചുചേർത്തു കവിൾ കൊണ്ടാൽ (ഗണ്ഡൂഷം) തൊണ്ടനൊമ്പലം ആശ്വാസപ്പെടും.

ഗോമാംസം അധികമായി ഭക്ഷിച്ചാൽ അകാലത്തിൽ കഷണ്ടി ഉണ്ടാകുന്നതാണ്.

പാലും പഴവും ഒരുസമയത്തുപയോഗിക്കരുത്. അങ്ങിനെ ഉപയോഗിച്ചാൽ പാൽ തൈരായിത്തീരുന്നു.

കൃമികൾ ചത്തു അതു വെളിയിൽ പോകുവാൻ ഉപ്പും സോഡയുംകൂടി വസ്തിചെയ്യുന്നതും ബഹുവിശേഷമത്രെ.

T No. 9

സുഖാശംസി.

ആയുർവ്വേദത്തിന്റെ അഭിവൃദ്ധിയെ പുരസ്കരിച്ചു നടത്തുന്ന മലയാളത്തിലെ ഏക വൈദ്യമാസിക. ഇതിൽ രോഗങ്ങളുടെ നിദാനം, പൂർവ്വരൂപം, രൂപം, ഉപശയം, സംപ്രാപ്തി, ചികിത്സ മുതലായവയും സ്നേഹം സ്വേദം വമനം വിരേചനം നസ്യം രക്തമോക്ഷം വസ്തി മുതലായ കർമ്മങ്ങൾ ചെയ്യുവാനുള്ള ക്രമങ്ങളും, നാനാരോഗങ്ങളുടെ ബാഹ്യാഭ്യന്തരങ്ങളായ ചികിത്സകളും, പ്രസിദ്ധൌഷധങ്ങൾ, ചികിത്സകൾ, വൈദ്യന്മാരുടെ അനുഭവങ്ങൾ, സംശയോത്തരങ്ങൾ, ആയുർവ്വൈദ്യന്മാരുടെ ജീവചരിത്രങ്ങളും മുതലായവയും പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നു. സുഖാശംസിയിൽ ശാസ്ത്രം, മതം, സാഹിത്യം, വ്യവസായം ചെറുകഥകൾ കവിതകൾ മുതലായ ഏററവും ഉത്തമങ്ങളായ വിഷയങ്ങളെയും വിവരിക്കുന്നു.

വരിസംഖ്യ ആണ്ടിൽ ൨ ൻ ക.

ആറുമാസത്തെ വരിസംഖ്യ ൧ ക.

പത്രത്തിലേക്കുള്ള അപേക്ഷകൾ പണസംബന്ധമായ കാര്യങ്ങളും മുതലായവ കെ. കുഞ്ഞുപിള്ളഅരയൻ

മാനേജർ,

സുഖാശംസി ആഫീസ്,

ചെറിയഴീക്കൽ, കരുനാഗപ്പള്ളി.

എന്ന മേൽവിലാസത്തിലും ലേഖനങ്ങളും അഭിപ്രായത്തിനുള്ള പുസ്തകങ്ങളും മാററപ്പത്രങ്ങളും മുതലായവ

പത്രാധിപർ

'സുഖാശംസി' ആഫീസ്,

ചെറിയഴീക്കൽ, കരുനാഗപ്പള്ളി

എന്ന മേൽവിലാസത്തിലും അയയ്ക്കേണ്ടതാണ്.

എന്ന്, മാനേജർ

കെ. കുഞ്ഞുപിള്ളഅരയൻ.

Printed at the 'Sri Rama Vilas Press, Quilon and Published by Vydian P K Velukkutty Arayan at the "Sukhasamsi Office, Cheriyazhikal, Karunagappally